انسانیِ جسم

حیرت ناک مشین، امراض و علاج



ہمدرد



ہمدرد لیبارٹریز (وقف) پاکستان

"المجید" ہمدرد سینٹر، ناظم آباد۔۳، کراچی ۷۴۶۰۰
پی اے بی ایکس نمبر۴ - ۶۶۱۶۰۰۱ (چار لائنیں)، ۹ - ۶۶۲۰۹۴۵ (پانچ لائنیں)
ٹیلی فیکس ۶۶۱۱۷۵۵ (۲۱-۹۲)

ویب سائٹ : www.hamdard.com.pk
ای میل ایڈریس : hamdard@khi.paknet.com.pk

Designed by Adarts Karachi (Pvt) Ltd

ہمدرد لیبارٹریز (وقف) پاکستان

''المجید'' ہمدرد سینٹر، ناظم آباد۔۳، کراچی ۷۴۶۰۰

پی اے بی ایکس نمبر۴ - ۶۶۱۶۰۰۱ (چار لائنیں)، ۹ - ۶۶۲۰۹۴۵ (پانچ لائنیں)

ٹیلی فیکس ۶۶۱۱۷۵۵ (۹۲-۲۱)

ویب سائٹ : www.hamdard.com.pk

ای میل ایڈریس : hamdard@khi.paknet.com.pk

زونل دفاتر

۱ یونٹ نمبر۱، آرام باغ روڈ کراچی۔فون: ۲۶۲۵۴۵۷
یونٹ نمبر۲، مدینہ مینشن آرٹلری میدان ۴، شاہراہ لیاقت
کراچی۔فون: ۲۶۳۶۱۴۳-۲۲۱۹۴۴۷-۲۲۱۹۴۴۸

۲ ہمدرد مرکز، مری روڈ، راولپنڈی۔فون: ۵۵۸۱۱۴۹ (۰۵۱)
فیکس: ۵۵۶۴۳۳۸ (۰۵۱)

۳ ہمدرد مرکز ۱۸۔ صدر روڈ پشاور۔
فون: ۲۷۴۱۸۶-۲۷۶۱۱۵، فیکس نمبر ۲۸۶۴۶۷ (۰۹۱)

۴ ہمدرد مرکز ۱۴۲- غازی علم دین شہید روڈ، لاہور
فون: ۷۳۵۴۳۵۲ - ۷۳۵۳۸۸۳
فیکس: ۷۳۵۴۳۵۲ (۰۴۲)

ایجنسیز ہمدرد

۱ گول چوک سرگودھا۔ فون: ۷۱۶۱۳۲
فیکس: ۷۱۱۴۸۰ (۰۴۵۱)

۲ المہران (پرائیویٹ) لمیٹڈ
لبرٹی مارکیٹ شاپ نمبر ۹-۱۲، حیدرآباد۔فون: ۶۱۹۹۶۰

ڈسٹری بیوٹرز

۱ میسرز کبیر لمیٹڈ
فریر روڈ سکھر۔ فون: ۲۳۴۵۶، ۲۳۷۵۷ (۰۷۱)
فیکس: ۲۶۷۹۰ (۰۷۱)

۲ میسرز کبیر لمیٹڈ
حضوری باغ روڈ ملتان۔فون: ۵۷۱۱۹۴ (۰۶۱)
فیکس: ۵۷۱۱۹۳ (۰۶۱)

۳ میسرز الکبیر اینڈ کمپنی
ماڈل ٹاؤن اے گلی نمبر 2، مین بازار، فیصل آباد
فون: ۲۶۴۷۵۵۱ - ۲۶۰۰۳۱۲ (۰۴۱)

۴ میسرز کبیر لمیٹڈ
ہمدرد مرکز، میکانگی، روڈ کوئٹہ۔
فون: ۸۲۸۲۵۳-۸۴۴۶۷۴ فیکس: ۸۲۸۲۵۳ (۰۸۱)

ہمدرد مطب

۱ آرام باغ روڈ، کراچی۔فون: ۲۶۳۷۸۳۹-۲۶۳۷۵۱۶

۲ ۱۴۲ غازی علم دین شہید روڈ، لاہور۔
فون: ۷۳۲۷۷۲۹

۳ مری روڈ، راولپنڈی۔فون: ۵۵۶۶۷۱۶

۴ صدر روڈ، پشاور۔فون: ۲۷۴۱۸۶

فیکٹریز

۱ فیکٹری ''الرابعہ''
ناظم آباد نمبر۳، کراچی۔فون: ۶۶۱۱۴۴۵-۶

۲ ہمدرد انڈسٹریل کمپلیکس
شاہراہ مدینۃ الحکمہ۔کراچی۔فون: ۲۱۲۴۰۰۰ (۰۰۹۱)

۳ فیکٹری ہمدرد ۹۶-۹۵-اے جمرود روڈ، پشاور۔
فون: ۸۱۴۴۸۷ فیکس: ۸۱۹۵۳۴ (۰۹۱)

۴ فیکٹری ہمدرد
کوٹ لکھپت، لاہور۔فون: ۵۱۲۱۷۴۳-۵۱۲۱۵۵۶
فیکس: ۵۱۱۷۱۳۲ (۰۴۲)

مطب ہمدرد

ادارہ ہمدرد (وقف) پاکستان نے علاج معالجے کی سہولتوں کے پیش نظر پاکستان کے مختلف شہروں میں پرائیویٹ اداروں کے زیر اہتمام مطب ہمدرد قائم کیے ہیں۔ ان کے نام و پتے درج ذیل ہیں:

مطب ہمدرد:
شنکیاری روڈ، نزد رائل بیکرز، مانسہرہ (ہزارہ)۔
فون: ۲۵۰۲ (۹۸۷)

مطب ہمدرد:
C-51 عمر فاروق پلازہ، سیٹلائٹ ٹاؤن، چاندی چوک، مری روڈ، راولپنڈی،
فون: ۴۱۰۴۱۳

مطب ہمدرد:
۲۲۸ راوی روڈ، نزد مینار پاکستان، لاہور۔ فون ۲۰۳۱۶۱ (۰۴۲)

مطب ہمدرد:
۲۔ مین روڈ، علامہ اقبال ٹاؤن، نزد اسکیم موڑ، لاہور۔
فون: ۵۴۱۹۷۸۸ (۰۴۲)

مطب ہمدرد:
سُپر جناح پلازہ، ماڈل ٹاؤن لنک روڈ، لاہور
فون: ۵۱۶۸۸۲۵ (۰۴۲)

مطب ہمدرد:
بیگم کورٹ، مقابل فائر بریگیڈ اسٹیشن، جی ٹی روڈ، شاہدرہ، لاہور۔
فون: ۲۹۳۱۰۲۹ (۰۴۲)

مطب ہمدرد:
ریلوے سوسائٹی پلازہ، گڑھی شاہو، علامہ اقبال روڈ، لاہور۔
فون: ۶۳۷۳۴۴۰ (۰۴۲)

مطب ہمدرد:
۱۸۔اے نزد آبپارہ مارکیٹ، مین وحدت روڈ، لاہور۔
فون: ۵۸۶۸۱۰۸ (۰۴۲)

مطب ہمدرد:
دوکان نمبر D-7 قمر پارک، شادباغ روڈ، لاہور۔
فون: ۰۳۲۰-۴۸۰۹۳۴۱

مطب ہمدرد:
حاجی پورہ۔ حکیم خادم علی روڈ، سیالکوٹ۔ فون: ۲۵۷۱۷۷

مطب ہمدرد:
دوکان نمبر 23/1 راوی روڈ، غلہ منڈی، اوکاڑہ۔
فون: ۰۳۳۳-۴۳۵۰۸۹۵

مطب ہمدرد:
حضوری باغ روڈ، ملتان۔
فون: ۵۷۱۱۹۸ (۶۱)

مطب ہمدرد:
دکان نمبر ۱ اور ۲، زبیدہ پلازہ، مولانا محمد علی جوہر روڈ، مقابل الرحیم شاپنگ سینٹر، حیدرآباد
فون: ۶۱۸۶۶۶ (۰۲۲۱)

مطب ہمدرد:
ماڈل ٹاؤن - A گلی نمبر ۲، مین بازار، فیصل آباد۔ فون: ۲۶۴۷۵۵۱

مطب ہمدرد:
گول چوک، سرگودھا۔
فون: ۷۴۱۴۲۱ (۰۴۵۱)

مطب ہمدرد:
۹۔ میکانگی روڈ، کوئٹہ۔
فون: ۸۴۴۶۷۴ (۰۸۱)

مطب ہمدرد:
دوکان نمبر AA-593، الہ آباد، پشاور روڈ، راولپنڈی۔

مطب ہمدرد:
جہانگیر روڈ، کراچی۔
فون: ۴۹۱۹۴۲۸ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:
۵۰۲۔ڈیفنس گارڈن،
ڈیفنس ہاؤسنگ اتھارٹی، فیز۔۱،
کراچی۔ فون: ۵۴۸۳۱۲ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:
گلشن اپارٹمنٹ،
پلاٹ نمبر۷، نزد ڈسکو بیکری،
گلشن اقبال، کراچی۔
فون: ۴۹۷۷۱۶۹ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:
دوکان نمبر۲، السید سینٹر
نیشنل ہائی وے، قائد آباد، کراچی۔
فون: ۵۴۱۲۰۵۱

مطب ہمدرد:
دوکان نمبر۱۹۹، اقرا کمپلیکس،
بلاک نمبر۱۷، جوہر چورنگی،
گلستان جوہر۔کراچی۔
فون: ۴۰۲۱۱۴۱

مطب ہمدرد:
دوکان نمبر۳۵،
سن لے بنگلوز،
صفورا چوک، اسکیم نمبر۳۳، کراچی۔
فون: ۴۴۰۰۶۷۵

مطب ہمدرد:
پلاٹ نمبر۱۳، بلاک ا۔سی،
اورنگی ٹاؤن، کراچی۔
فون: ۶۶۶۴۶۵۰ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:
۱۳/۱۱، دربار لاج،
انڈسٹریل ایریا،
لیاقت آباد، کراچی۔
فون: ۴۱۲۴۶۳۶ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:
مین شاہراہ فیصل، اسٹار گیٹ،
نزد علامہ اقبال کالج، کراچی۔
فون: ۴۵۸۱۰۳۳ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:
دکان نمبر۱۰، سلمان آرکیڈ،
شرف آباد، کراچی۔
فون: ۴۸۷۱۵۱۵ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:
بی۔۵، بلاک نمبر۱۸، سمن آباد،
ایف بی ایریا، کراچی۔
فون: ۶۶۷۲۶۵۴ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:
دکان نمبر۲ (اسٹیڈیم شاپس)،
پلاٹ نمبر۱، سروے نمبر۱۳۵،
شاہ فیصل کالونی، کراچی۔
فون: ۴۵۷۳۷۰۲ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:
سعید آباد، بلدیہ ٹاؤن، کراچی۔
فون: ۲۸۱۳۵۲۹ (۰۲۱)

مطب ہمدرد:
دکان نمبر۹، سیکٹر۱۴/۱اے،
شادمان ٹاؤن، نارتھ کراچی، کراچی۔
فون: ۶۰۰۲۳۷ (۰۲۱)

ہمدرد

۱۹۰۶ء میں جب بانی ہمدرد جناب حافظ عبدالمجیدؒ نے اس ادارے کی بنیاد ڈالی تھی تو ان کے پیش نظر طب مشرقی اور اطبا اور طب مشرقی کی دواسازی کے سارے مسائل تھے۔ طب مشرقی جس تیزی کے ساتھ ختم ہو رہی تھی، اس کے اسباب پر ان کی گہری نظر تھی، اس لیے انھوں نے طب مشرقی کی دواسازی کے معیار کو پیش نظر رکھا اور اس کی اصلاح کا بیڑا اٹھایا۔ ہمدرد کی بنیاد جب پڑی تو اس کے متعین مقاصد یہ تھے:

۱۔ طب مشرقی میں تحقیق و ریسرچ کے دروازے ایک بار پھر کھولے جائیں۔

۲۔ اطبا کے معیار علمی کو بہت بلند کیا جائے اور ان کے مطبوں کو عظمت دی جائے۔

۳۔ طب مشرقی کی دواسازی کے معیار کو بلند کیا جائے اور اسے نہایت ترقی یافتہ ممالک کے مقابلے میں کھڑا کر دیا جائے۔

۴۔ طب مشرقی کو اہل ملک کے لیے مفید تر بنایا جائے۔

حالات نے ثابت کیا کہ بانی ہمدرد کی نظر دور رس تھی اور انھوں نے جو مقاصد ہمدرد کے لیے متعین کر دیئے تھے وہ بالکل صحیح تھے اور ان ہی پر عمل کر کے آج برصغیر میں طب کو فنا اور اغیار کی دست برد سے بچایا جا سکا ہے۔ اس باب میں ہمدرد نے جو شدید جدوجہد کی اور برصغیر میں حکیم حاجی عبدالحمید صاحب دہلوی (ہمدرد انڈیا) اور حکیم حاجی حافظ محمد سعید (ہمدرد پاکستان) نے سر دھڑ کی بازی لگا کر فن طب مشرقی کا تحفظ کیا۔ اب اس کو الحمدللہ تسلیم کیا جاتا ہے۔ یہ حقیقت ہے اور ناقابل تردید کہ اگر برصغیر پاک و ہند میں ہمدرد کی جدوجہد اور محسنین طب جناب حکیم حاجی عبدالحمید دہلوی اور جناب حکیم محمد سعید کا ایثار اور قربانی نہ ہوتی تو برصغیر میں طب مشرقی کا وجود ختم ہو چکا ہوتا۔

ملک و ملت آگاہ ہے کہ ہمدرد طب مشرقی اور اطبا کی خدمت میں شب و روز مصروف ہے۔ اور انشاءاللہ اس میں ہمیشہ مصروف رہے گا۔ لوگوں کو صحت مند رکھنے کی جو جدوجہد ہمدرد نے ہر میدان میں جاری رکھی ہے۔ انشاءاللہ اس کے خوش گوار نتائج برآمد ہوں گے۔

ڈاکٹر نوید الظفر۔ مینیجنگ ڈائریکٹر

ترتیب

انسانی بدن کی حیرت ناک مشین

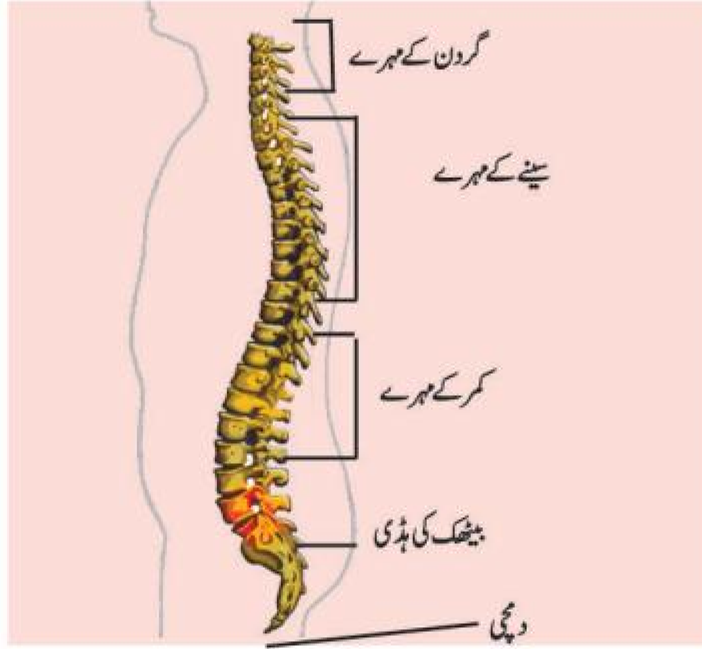
انسان تمام مخلوقات میں بہترین اور کامل ترین مخلوق (اشرف المخلوقات) ہے اور انسانی بدن کی مشین قدرت کی کاری گری کا سب سے زیادہ عجیب وغریب اور پیچیدہ ترین نمونہ ہے۔ اس مشین کے سب پرزے اپنے اپنے کاموں کے لیے خاص وضع اور موزوں ترین محل و مقام رکھتے ہیں اور حالتِ تن درستی اور مناسب حالات میں اپنے فرائض نہایت خوش اسلوبی کے ساتھ ادا کرتے رہتے ہیں۔ سانس ہر آن بلا احساس بے دھڑک چلتا رہتا ہے۔ بھوک کے وقت غذا کا نوالہ اور پیاس بجھانے کے لیے پانی کا گھونٹ بلا روک حلق کے نیچے گزر جاتا ہے۔ زبان کڑوا، میٹھا، نمکین، پھیکا ہر قسم کا ذائقہ پہچان کر محسوس کرتی ہے۔ غذا ہضم کے مختلف مرحلے طے کر کے مفید اور ضروری اجزا کو جزوِ بدن بناتی ہے، بے کار اجزا کے فضلات بنتے ہیں اور باہر نکالے جاتے ہیں۔ بدن کی حرارت موسم، مقام، کام یا آرام اور ضرورت کے لحاظ سے گھٹتی بڑھتی رہتی ہے، دل کی دھڑکن کے ساتھ خون تمام رگوں میں پھیل کر بدن میں چکر لگاتا رہتا ہے، آنکھیں دیکھتی اور کان سنتے ہیں۔ سردی، گرمی، دکھ درد، سکون آرام، تکان وغیرہ کا جلد اور بدن کو احساس ہوتا ہے۔ دماغ میں خیالات اور جذبات کی موجیں ٹھاٹیں مارتی ہیں۔ غرض یہ اور ایسے بہت سے کام ہمیشہ ہوتے رہتے ہیں اور ہمیں کانوں کان خبر نہیں ہوتی کہ سارا ہنگامہ کیسے اور کہاں برپا ہوا؟ اور کن کن کل پرزوں نے اس میں حصہ لیا۔

کبھی آپ نے غور کیا ہے کہ بدن کی یہ حیرت انگیز پیچیدہ مشین کس طرح اور کیوں کر چل رہی ہے؟ اس کے پرزے کون کون سے ہیں اور کہاں کہاں واقع ہیں، ان کے خاص خاص کام اور نام کیا ہیں؟ ان کی کارگزاری قائم رکھنے کی کیا ترکیبیں ہیں؟ ان کی خرابیاں کیسے دور کی جاسکتی ہیں اور کارگزاری بڑھانے کے کیا طریقے ہیں؟

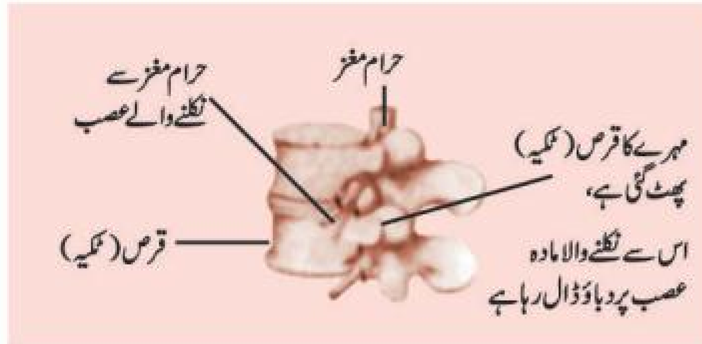
ایک گھڑی ساز پہلے گھڑی کے پرزوں کی واقفیت حاصل کرتا ہے، ان کے نام، مقام اور کام کو جانتا پہچانتا ہے اور پھر ضرورت کے وقت ان کے بگاڑ کو درست کرنے کی طرف متوجہ ہوتا ہے اسی طرح آپ کا بھی فرض یہ ہے کہ اپنے بدن کے کل پرزوں اور ان کے کاموں سے واقف ہوں تا کہ خدانخواستہ اگر کبھی جسمانی مشین میں کوئی خرابی پیدا ہو جائے تو اس کی مرمت میں آسانی ہو۔

بدن کا ڈھانچہ اور فائدے

ہمارا بدن گوشت، پوست اور ہڈیوں سے بنا ہوا ہے۔ یہ قدرت کی عجیب کارگزاری ہے کہ ہمارے بدن کے بیرونی چکنے پوست اور نرم لوچ دار گوشت کے نیچے سخت اور مضبوط ہڈیوں کا ڈھانچہ ہے۔ یہ ڈھانچہ بدن کا سہارا ہے اور سارا بوجھ سنبھالتا ہے، بدن کے اندرونی نرم حصوں کو ان کی صحیح جگہ پر قائم اور دباؤ یا چوٹ سے محفوظ رکھتا ہے۔ ڈھانچے کی ہڈیاں ضرورت کے لحاظ سے کہیں لمبی، کہیں گول موٹی اور چھوٹی، کہیں پتلی چپٹی یا چوڑی چکلی ہوتی ہیں۔ ہڈیوں میں کہیں جوڑ ہوتے ہیں جن کی مدد سے ہم ہاتھ پیر موڑ یا پھیلا سکتے ہیں، چل پھر سکتے ہیں اور بدن کو ہلا جلا سکتے ہیں۔ ڈھانچے کی سب ہڈیوں کی تعداد ۲۰۶ ہے۔







ریڑھ کا ستون

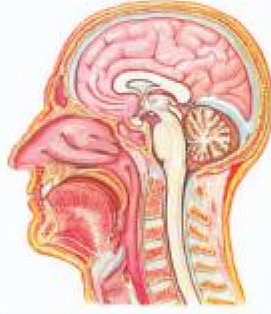
ڈھانچے کی تصویر کو غور سے دیکھیے اس میں ہڈیوں کی ایک خاص اور حیرت ناک ترتیب نظر آئے گی۔ درمیانی یا دھڑ کے حصے میں پیٹھ کی طرف بیچوں بیچ میں ایک لمبا ستون یا کھمبا ہے جو پورے ڈھانچے کو

سنبھالے ہوئے ہے۔ یہ ریڑھ کی ۲۶ گول حلقہ دار موٹی اور چھوٹی چھوٹی ہڈیوں (مہروں) سے بنتا ہے جو تسبیح کے دانوں کی طرح پروئی ہوئی اوپر تلے رکھی ہوئی ہیں اور جن کے بیچ میں ایک سوراخ یا نالی ہے جس میں حرام مغز کی لمبی ڈوری محفوظ رہتی ہے۔ یہ ڈوری اوپر جا کر دماغ سے مل جاتی ہے اوپر اس سخت ستون کے سرے پر "سر" یعنی کھوپڑی قائم رہتی ہے اور نیچے کے سرے پر دمچی کی ہڈی ہے۔ ریڑھ کے اس ستون میں چار خم ہوتے ہیں۔ اسکے چھوٹے چھوٹے بہت سے مہروں میں یہ حکمت ہے کہ ان کے درمیان میں کئی جوڑ ہوتے ہیں جن کی وجہ سے ہم پیٹھ کو با آسانی جھکا سکتے ہیں اور ستون پر زیادہ زور بھی نہیں پڑنے پاتا۔

کھوپڑی

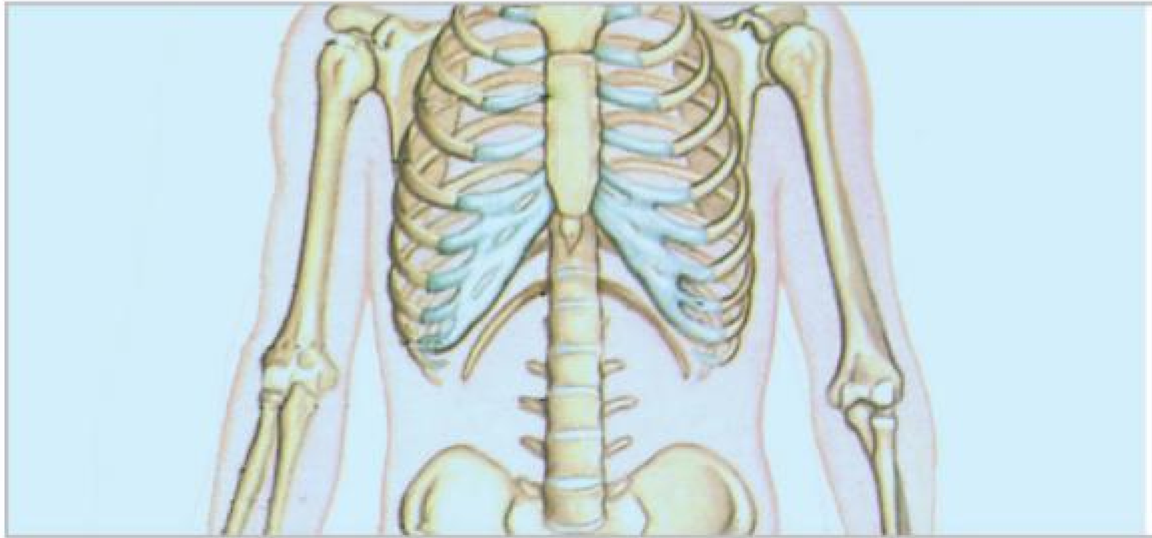
سر کی بالائی پیالے نما چپٹی ہڈیوں کے باہم ملنے سے گویا ایک صندوق بن جاتا ہے جس کے اندر دماغ محفوظ رہتا ہے (صندوق دماغ) کھوپڑی کے سامنے اور نیچے ہڈیوں سے چہرہ اور جبڑے بنتے ہیں۔





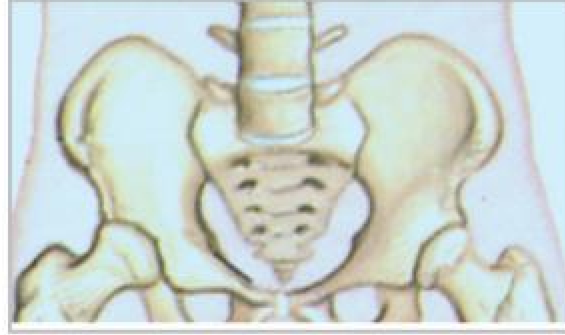
سینہ

سینے کے حصے میں ریڑھ سے دائیں بائیں بارہ بارہ پتلی خم دار ہڈیاں پیچھے سے آگے کی طرف کمان کی طرح پھیل کر پسلیاں بناتی ہیں۔ ان کے سرے سامنے سینے کی طرف ایک موٹی، چپٹی، لمبی ہڈی (قص) کے ساتھ پیوست ہو کر گویا ایک پنجر یا پنجرہ بنا دیتی ہیں جس کے اندر دل اور پھیپڑے محفوظ رہتے ہیں۔ پسلیاں نرم اور لچکدار ہوتی ہیں جس سے سینے کے پھیلنے اور سانس کے آنے جانے میں آسانی ہوتی ہے۔

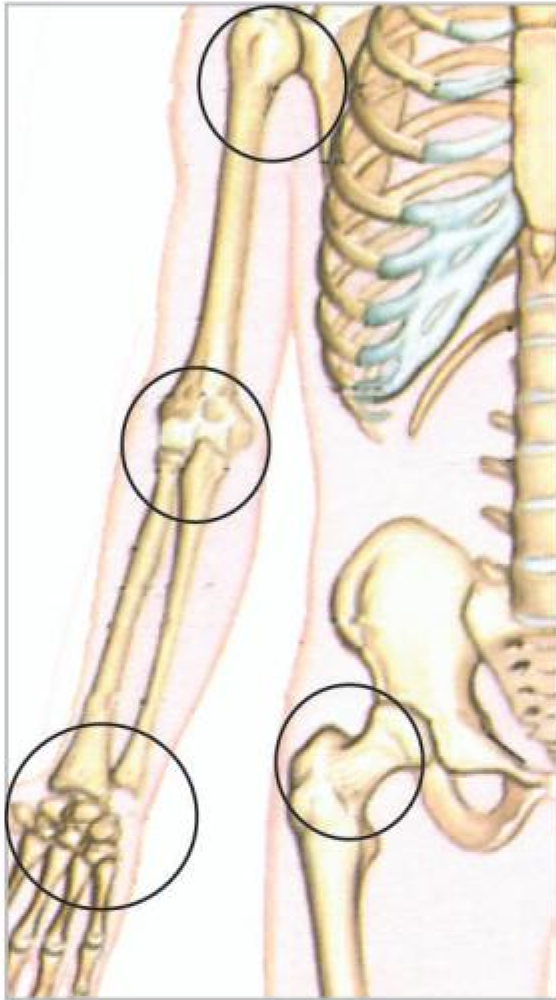


کولھا

نیچے بڑھ کر ریڑھ کا ستون کولھے کی حوض نما ہڈیوں کو سہارتا ہے اور اس حوض کے دونوں طرف ٹانگوں کی لمبی ہڈیاں لگی ہوئی ہیں جس سے کولھے کا جوڑ بنتا ہے۔ بازو، ہاتھ، ران اور پنڈلی کی لمبی ہڈیاں ٹھوس نہیں ہوتیں بلکہ ان کے اندر ایک نالی ہوتی ہے جس میں گودا بھرا ہوتا ہے جو ان کو خون کی غذا پہنچاتا ہے۔ اس نالی کی موجودگی سے یہ ہڈیاں کمزور نہیں بلکہ زیادہ مضبوط ہوتی ہیں۔ اسی طرح کھوپڑی کی چپٹی ہڈیاں دو تہوں سے بنتی ہیں اوپر کی تہہ سخت، اندرونی تہہ اسفنج کی جالی دار ہوتی ہے جس سے یہ زیادہ مضبوط بن جاتی ہیں۔



ہڈیوں کے جوڑ



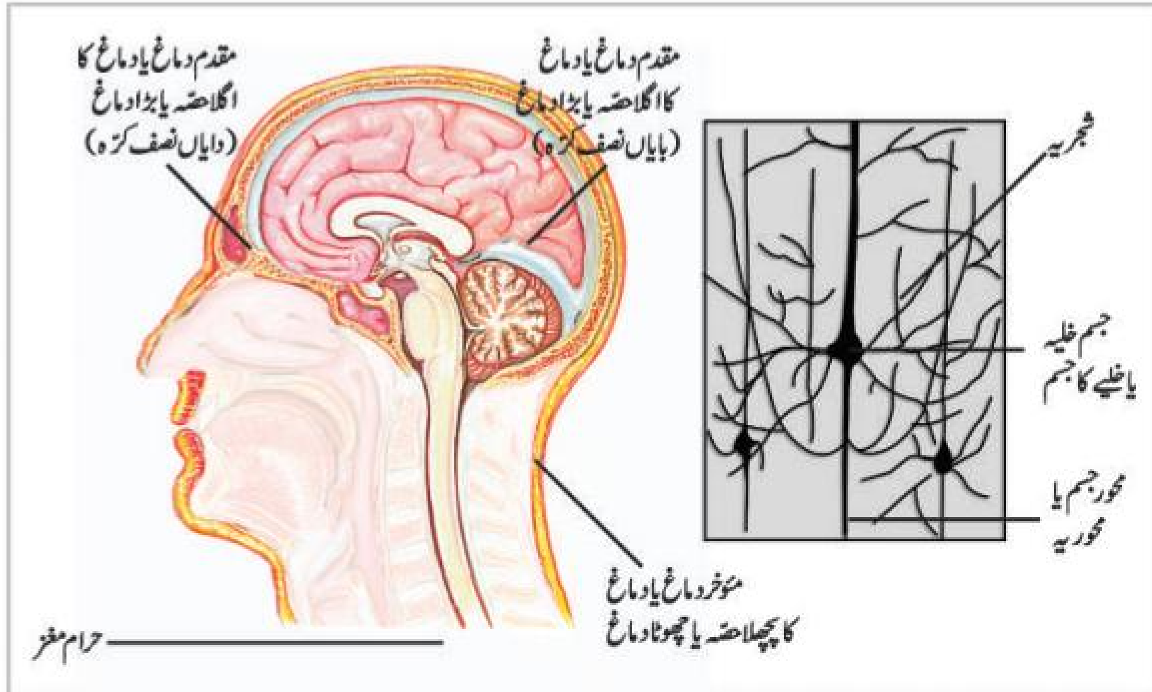
ہڈیوں کے جوڑ بھی حیرت ناک ہوتے ہیں۔ جوڑوں میں ایک ہڈی پر ہڈی پھسل کر حرکت کر سکتی ہے۔ یہاں ہڈیوں کے سرے نہایت چکنے ہوتے ہیں اور انھیں ایک چپ چپی رطوبت چکنا کر کے تر رکھتی ہے۔ بعض جوڑ (مثلاً کہنی کے جوڑ) نرمادگی دار (HINGED) ہوتے ہیں اور بعض (مثلاً کندھے اور کولھے کے جوڑ) میں ایک ہڈی کا سرا گول گیند نما ہوتا ہے جو دوسری ہڈی کے پیالی نما گڑھے کے اندر گھوم کر حرکت کرتا رہتا ہے (BALL AND SOCKR SOCKET چھوٹے بچوں کی ہڈیاں شروع میں نرم ہوتی ہیں اور دباؤ یا چوٹ سے (ہری ڈالی کی طرح) جلد جھک کر ٹیڑھی ہو سکتی ہیں مگر بڑھتی ہوئی عمر کے ساتھ ہڈی میں چونے کا جماؤ زیادہ ہونے سے سختی اور مضبوطی پیدا ہو جاتی ہے۔



ہمارے بدن کے تمام حصے اپنا اپنا کام ٹھیک وقت پر باقاعدگی اور توازن کے ساتھ کرتے رہتے ہیں۔ کوئی حصہ کسی دوسرے حصے کے کام میں خلل نہیں ڈالتا بلکہ اس کی مدد کرتا ہے۔ اس طرح بدن کی مشین بے روک ٹوک چلتی رہتی ہے۔ نیند میں بھی بدن کے ضروری کام جاری رہتے ہیں بلکہ بے ہوشی تک میں زندگی کا چراغ جلتا رہتا ہے۔ یہ کتنی عجیب بات ہے کہ غذا کی ضرورت کے وقت ہمیں بھوک پیاس کا احساس ہوتا ہے اور ہم غذا کی تلاش میں ٹانگوں کو چل کر جانے کا، ہاتھوں کو منہ میں نوالہ رکھنے کا، جبڑوں کو چبانے کا، حلق کو نوالہ نگلنے کا حکم دیتے ہیں۔ پھر معدہ اور آنتیں ہضم و جذب وغیرہ کے کام سلسلہ بہ سلسلہ ادا کرنے لگتی ہیں۔ دسترخوان پر چنے ہوئے کھانوں میں ہم اپنی پسند کے کھانے کا انتخاب کرتے ہیں اور ناپسند یا مضر چیز کو ہاتھ تک نہیں لگاتے۔

دماغ بدن میں حاکم اعلا ہے

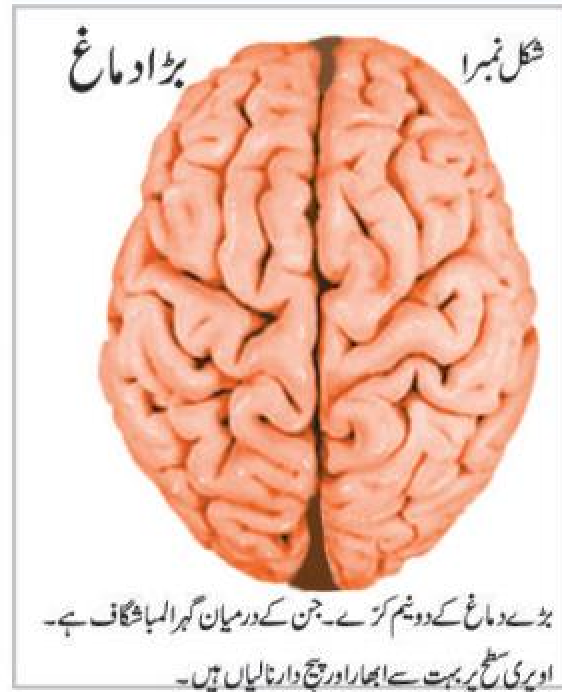
غور کرنے سے معلوم ہوگا کہ ایسی سینکڑوں چیزیں ہیں جن کو کرنے یا نہ کرنے کا حکم ہم اپنے اعضا کو رات دن دیتے رہتے ہیں اور اعضا ہمارے احکام کی تعمیل کرتے ہیں۔ اس سے ظاہر ہوتا ہے کہ ہمارے بدن کی



سلطنت میں کوئی خاص حصہ ایسا ہے جو بدن کے تمام دوسرے حصوں کا حاکم اعلا یا افسر ہے وہی حکم جاری کرتا ہے کہ یہ کرو، وہ نہ کرو۔ یہ فرماں روا حاکم دراصل ہمارا دماغ ہے جو اپنے ماتحت افسروں اور مختلف اعضا کے ذریعے بدن کا سب انتظام کرتا کراتا ہے۔ دماغ گویا ہمارے بدن میں مرکزی ٹیلی فون ایکس چینج آفس ہے، جس کے پاس بدن کے ہر گوشے بلکہ روئیں روئیں سے پیغامات اور خبریں پہنچتی رہتی ہیں اور پھر وہ براہ راست یا اپنے ماتحت مرکزوں کے ذریعے مناسب احکامات صادر کرتا ہے۔

دماغ نہ صرف نقل وحرکت کے احکام صادر کرتا ہے بلکہ اسی کے اشاروں پر ہم بولتے، بات چیت کرتے ہیں۔ اسی وجہ سے ہمیں چھونے، دیکھنے، سننے، سردی، گرمی، درد کی تکلیف بلکہ اچھے اور برے تک کا احساس ہوتا ہے۔ دماغ ہی گئی گزری باتوں کی یاد ہمارے حافظے میں محفوظ رکھتا اور تازہ کرتا ہے۔ وہی سوچتا سمجھتا پرکھتا ہے۔ وہی ہمارے تمام خیالات وجذبات کا سرچشمہ وخزانہ ہے، اسی لیے ضروری ہے کہ جسم کے دوسرے حصوں کے ساتھ دماغ کو صحیح، تندرست، چست اور چوکنا رکھنے کے لیے خاص احتیاط کریں اسے اچھی باتوں کی تربیت دیں اور بری باتوں سے بچائیں، ورنہ اس کی خرابی سے بدن کے دوسرے سب حصے بے قاعدہ، بے قابو اور بے ڈھنگے ہو جائیں گے۔ اپنا کام ٹھیک وقت پر اور خوبی کے ساتھ نہیں کریں گے۔ ایک حصہ دوسرے حصوں کے کاموں میں دخل دے کر رکاوٹ پیدا کرنے لگے گا اور سارا نظامِ جسم درہم برہم ہو کر ہمارا بدن کمزور اور بیمار ہو جائے گا۔

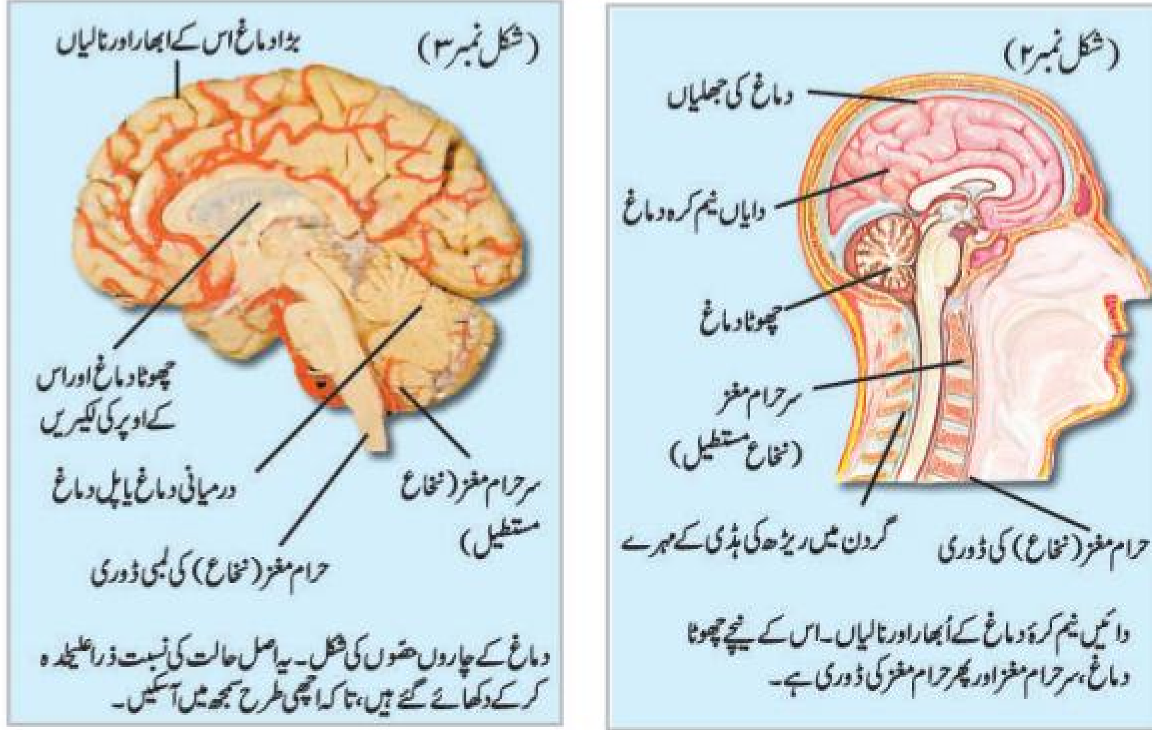
دماغ کی بناوٹ اور مقام



بڑے دماغ کے دو نیم کرے۔ جن کے درمیان گہرا لمبا شگاف ہے۔ اوپری سطح پر بہت سے ابھار اور پیچ دار نالیاں ہیں۔

دماغ ہمارے سر میں چہرے سے اوپر اور پیچھے کھوپڑی کی مضبوط ہڈیوں سے بنے ہوئے صندوق میں محفوظ رکھا ہوا ہے کیونکہ وہ نہایت نرم و نازک اور گودے دار بناوٹ رکھتا ہے پھر اس پر جھلیاں غلاف بناتی ہیں اور کھوپڑی کے اوپر سخت اور لوچ دار تہہ کے بعد سر کا موٹا بال دار پوست چڑھا ہوا ہوتا ہے۔ انسان کا دماغ تمام جانداروں میں سب سے زیادہ وزنی (بدن کا ۴۰/۱ حصہ) اور ترقی یافتہ ہوتا ہے، اسی لیے انسان تمام حیوانوں میں عقل کا پتلا مشہور ہے۔

دماغ کے نمایاں حصّے



دائیں نیم کرۂ دماغ کے اُبھار اور نالیاں۔ اس کے نیچے چھوٹا دماغ، سرحرام مغز اور پھر حرام مغز کی ڈوری ہے۔

دماغ کے چاروں حصّوں کی شکل۔ یہ اصل حالت کی نسبت ذرا علیحدہ کر کے دکھائے گئے ہیں، تا کہ اچھی طرح سمجھ میں آسکیں۔

سہولت کے لیے دماغ کو چار حصوں میں تقسیم کیا گیا ہے (دیکھو تصویریں) (۱) اگلا یا بڑا دماغ (شکل نمبر۱، نمبر۲، نمبر۳) یہ کھوپڑی کے سامنے دو درمیانی اور پچھلے گڑھوں میں رہتا ہے اور دو نیم کروں کی شکل میں ہوتا ہے جن کے درمیان ایک گہرا شگاف ہوتا ہے۔ اس کی اوپری سطح پر ابھار ہوتے ہیں جن کے درمیان چھوٹی چھوٹی پیچیدہ درزیں یا نالیاں ہوتی ہیں۔ اس کے اندر بعض خالی خانے (بطون) بھی ہوتے ہیں۔ حس و حرکت اور حواس کے اعلا مراکز بڑے دماغ ہی میں ہوتے ہیں اور یہ ماتحت مرکزوں کو احکام صادر کرتے ہیں۔

(۲) چھوٹا دماغ: یہ بڑے دماغ کے پچھلے حصے کے نیچے کھوپڑی کے پچھلے گڑھے میں ہوتا ہے۔ اس کی سطح پر ابھار نہیں ہوتے بلکہ لمبی گول لکیریں ہوتی ہیں۔ (شکل نمبر۲)

(۳) درمیانی دماغ یا پل یہ حرام مغز کے گرد گھومتا ہوا بڑے دماغ کے دونوں طرف کے نیم کروں کو باہم ملاتا ہے (شکل نمبر۳)

(۴) سرحرام مغز (نخاع مستطیل) یہ حرام مغز کا اوپری موٹا حصہ ہے جو اوپر جا کر درمیانی دماغ میں ختم ہوتا ہے اور نیچے سے آنے والے حرام مغز کو دماغ سے ملاتا ہے (شکل نمبر۲، ۳)

حس و حرکت کیسے ہوتی ہے؟ حرام مغز (نخاع) کی لمبی ڈوری ریڑھ کی ہڈی کی نالی کے اندر دمچی سے لے کر اوپر آ کر دماغ کے اس آخری حصے (سرِ حرام مغز) سے مل جاتی ہے۔ اس ڈوری میں ماتحت مراکز ہوتے ہیں

جو دماغ کے حرکتی احکام کو بدن کے مختلف حصوں تک پہنچاتے ہیں اور بدن سے آنے والے تمام حسی پیغاموں کو دماغ تک لے جاتے ہیں۔ حرکتی احکام سے ہمارے ہاتھ پاؤں وغیرہ حرکت کرتے ہیں اور حسی پیغاموں سے ہمیں دکھ درد، سردی گرمی اور چھونے وغیرہ کا احساس ہوتا ہے۔

دماغ کی تندرستی: آپ کو معلوم ہو چکا ہے کہ دماغ بدن کا حاکم اعلا ہے اور بدن کی تندرستی کے لیے دماغ کا تن درست ہونا ضروری ہے۔ اسی واسطے ہمیں دماغ کی بہت حفاظت کرنی چاہیے اور اسے نہ صرف بیرونی چوٹوں سے بچانا چاہیے بلکہ بری باتوں اور نقصان دینے والی عادتوں سے بھی محفوظ رکھنا چاہیے۔

دماغ کو قوی کرنے کی ترکیب یہ ہے کہ ہم ہر وقت، ہر چیز چاہے کھیل ہو یا کام، پوری توجہ سے کریں۔ اچھے خیالات رکھیں، ہر چیز کے اچھے برے کو اچھی طرح سوچیں سمجھیں۔ اچھی چیز اختیار کریں۔ بری باتوں (جھوٹ چغلی وغیرہ) سے پرہیز کریں۔ خوش مزاجی کی عادت ڈالیں۔

ان چیزوں کی مشق سے دماغ کو تربیت حاصل ہوتی ہے، جس سے وہ قوی ہوتا ہے اور پھر ان سب اچھے کاموں کو بہ آسانی کر سکتا ہے۔ اس طرح رفتہ رفتہ ہمیں خوش مزاجی، نیکی اور سچائی کی عادت ہو جاتی ہے اور ہمیں اپنے تمام افعال و کردار (کاموں اور چال چلن) پر قابو حاصل ہو جاتا ہے۔ یاد رکھنا چاہیئے کہ اگر دماغ کو اچھی باتوں کی تربیت نہ دی جائے تو وہ بہت جلد بری عادتیں سیکھ لیتا ہے اور دماغ کی بری عادتوں کو توڑنا اور چھڑانا بہت ہی مشکل ہوتا ہے۔ بے فکری سے دماغ کو نقصان پہنچتا ہے اور وہ بے توجہی سے کام کرنے لگتا ہے۔ جھوٹ بھی دماغ پر برا اثر ڈالتا ہے جس سے وہ غلط خیالی میں مبتلا ہو جاتا ہے۔ بدمزاجی اور جھلانے سے دماغ کو کافی نقصان پہنچ کر ہماری قوت ارادی کم زور ہو جاتی ہے۔ بدن کے دوسرے حصوں کی طرح دماغ کو بھی نہ صرف ورزش و تربیت کی ضرورت ہوتی ہے بلکہ کافی غذا اور آرام کی بھی۔ بدن کا خون اسے غذا پہنچاتا ہے۔ آرام زیادہ تر اچھی اور پوری نیند سے حاصل ہوتا ہے۔ آٹھ سال سے کم عمر بچوں کے لیے ۱۲ گھنٹے سونا ضروری ہے۔ دن کے وقت تھکے ہوئے دماغ کو آرام دینے کا طریقہ یہ بھی ہے کہ اپنے کام کو بدل دیا جائے، مثلاً اگر حساب یاد کرتے کرتے دماغ تھک گیا ہے تو دوسرا کوئی مضمون یا کتاب پڑھنے لگیں۔ چونکہ مختلف کاموں کے لیے دماغ کے جدا جدا حصے یا مرکز کام کرتے ہیں۔ اس لیے کام بدل دینے سے اس کے تھکے ہوئے حصے کو آرام بھی مل جاتا ہے۔

دماغ چوں کہ زہروں کی بہت تھوڑی سی مقدار سے جلد متاثر ہو جاتا ہے۔ اس لیے ہمیں اپنے خون کو شراب، تمباکو وغیرہ زہروں کی آلودگی سے بچانا چاہیے۔ خون کے ذریعے سے یہ زہر دماغ میں پہنچ کر (بالخصوص بچوں کے بڑھتے ہوئے دماغ کی بڑھوتری کو روک کر) بہت نقصان کر دیتے ہیں۔ بدن کے معمولی فضلات بھی اگر اچھی طرح خارج نہ ہوں تو وہ ہمارے خون کو زہر آلود کر سکتے ہیں جس سے دماغ پر برا اثر پڑ کر

دردسر، تکان وغیرہ پیدا ہوسکتی ہے۔ اس لیے بچوں کو اپنے بدن کی اندرونی صفائی کا ہمیشہ خیال رکھنا چاہیے تاکہ دماغ تندرست اور چوکنار ہے۔ یادرکھنا چاہیے کہ حافظے کا تعلق دماغ سے ہے۔ اگر آپ کو یہ شکایت ہے کہ آپ چیزوں کو بھول جاتے ہیں، سبق یاد نہیں رہتا، باتیں حافظے سے نکل جاتی ہیں تو اس پر غور کرنا چاہیے کہ آپ نے کہیں اپنے دماغ سے ضرورت سے زیادہ یا کوئی غیر ضروری کام تو نہیں لیا ہے۔ اپنے دماغ سے آپ جتنا کام لیں اتنا ہی اسے آرام بھی دیجیے۔ صحتِ دماغی کا یہ بہترین ٹانک ہے۔

تقویتِ دماغ کے لیے

ایک ہمدرد معالج اپنے زیرِ علاج مریضوں کی تکلیف رفع کرنے کے لیے اپنے فکر و نظر کی عظمتوں کے ساتھ اور اپنے دل کی گہرائیوں کے ساتھ برسرِ عمل رہتا ہے۔ ضعفِ دماغ ایک عام تکلیف ہے اور طبیب کو اپنے مطب میں اکثر و بیشتر ایسے مریضوں سے واسطہ پڑتا ہے۔ ذیل میں چند نسخے درج ہیں کہ جو ایک ہمدرد معالج مختلف حالات میں اپنے مریضوں کے لیے تجویز کرتا ہے۔

ھوالشافی

صبح	خمیرۂ ہمدرد، ۶ گرام	ہمراہ عرق عنبر ۲ چمچے	نیم گرم پانی میں حل کر کے
شب	وی سی ۵۰۰ ۲ عدد	ہمراہ خوباں	تازہ پانی میں حل کر کے ۲ چمچے

یہ ایک بہترین نسخہ ہے کہ جو تقویتِ دماغ و جسم کے لیے تجویز کیا جاتا ہے۔ حالات کے مطابق ایک اور نسخہ درج ذیل ہے۔

ھوالشافی

صبح	قرص مرجان ۱ عدد	خمیرہ گاؤزبان عنبری ۶ گرام	تازہ پانی کے ساتھ
شب	سوینا ۲ چمچے	گائے کا دودھ یا تازہ پانی کے ساتھ	

بعض اطبائے ہمدرد رات کو معجون برہمی بھی تجویز کرتے ہیں۔

خمیرۂ ہمدرد

قلب، اعصاب اور دماغ کی تقویت کے لیے ایک نہایت ممتاز دوا ہے۔ اس میں طب قدیم اور طب جدید کی بہترین مقویات اور انتہائی موثر ادویہ جمع کر دی گئی ہیں جو محرک اور مقوی ہونے کے علاوہ اعضائے رئیسہ کی پرورش کرنے اور غذا بہم پہنچانے میں بے مثال ہیں۔ خمیرۂ ہمدرد نہایت لطیف اور خوشبودار دوا ہے۔ محرک ہے۔ اشتہا کو بیدار کرتا ہے، دل کو طاقت دیتا ہے اور عام جسمانی صحت کو بحال کرتا ہے اس کے علاوہ صفراویت کو زائل کرتا ہے اور **تشنجی** امراض میں نافع ہے۔ ضعف عامہ اور ضعف اعصاب کے مریضوں کے لیے ایک نعمت بے بہا ہے۔ فسادِ ہضم کی اصلاح کرتا ہے۔ نہایت سریع الاثر ہے۔ دماغی تکان اور جسمانی کسل کو رفع کر کے بہت جلد طبیعت کو چاق و چوبند کر دیتا ہے۔

خوراک: ایک چائے کا چمچہ جو کہ صرف چمچے کے لبوں تک بھرا ہوا ہو دن میں دو مرتبہ یا جب ضرورت ہو۔

سومینا

مقوی دماغ، مسکن، منوم، ذہنی انتشار، دماغی خلفشار اور بے خوابی کے لیے۔ ’سومینا‘‘ ان مغزیات کا ایک لطیف مرکب ہے جو طب مشرقی میں تقویت جسم و دماغ اور تسکین کے لیے مفید اور موثر ہیں۔ خشکی دور کرنے، ضعفِ دماغ و حافظہ، بے خوابی، ذہنی انتشار، ذہنی خلفشار اور عصبی تناؤ کے لیے اس کے فوائد آزمودہ ہیں۔ قلب کو طمانیت بخشنے اور پُر لطف، نشاط انگیز نیند لانے کے لیے مغزیات اور گلوں کا خوش ذائقہ مرکب۔ ’’ہمدرد‘‘ نے کثیر الوقوع صورت حال کے پیش نظر مغز بادام، مغز کدوئے شیریں، تخم کاہو، تخم خشخاش کنجد سفید مقشر اور دوسرے اجزائے لطیف سے یہ خوش ذائقہ مرکب تیار کیا ہے۔ ان مغزیات کو پھولوں کے فرحت بخش رس میں ایک مقررہ مدت تک بھگویا جاتا ہے تاکہ ان کی تاثیر دو چند ہو جائے، اس کے بعد مخصوص طریقوں سے ان کی توانائی میں مزید اضافہ کر کے ذائقہ اور مٹھاس سے اس کو سکون بخش اور فرحت آمیز بنایا جاتا ہے۔

مقدار خوراک: بالعموم دو چائے کے چمچے بھر دوا، صبح اور ضرورتاً رات کو پانی یا دودھ میں حل کر کے دینا چاہئے۔ ضرورت ہو تو سہ پہر کو بھی دو چمچے بھر دی جا سکتی ہے۔ سومینا کی انتہائی خوراک ۶ چمچے سمجھنی چاہئے۔

بے خوابی کے لیے: رات کو چائے کے چمچہ بھر دودھ یا پانی کے ساتھ لینے سے پُرسکون نیند آ جاتی ہے۔

’’سومینا‘‘ ۱۲ خوراکوں کے پیکنگ میں دستیاب ہے۔ خوراک متعین کرنے کے لیے پیمانے کا چمچہ ساتھ ہے۔

نزلہ

نزلہ و زکام کے متعلق جدید تحقیق یہ ہے کہ یہ خاص قسم کے مادے کا نتیجہ ہیں۔ یہ مادے مختلف ذریعوں سے ناک کی اندرونی جھلی پر اثر انداز ہوتے ہیں اور اس جھلی پر ورم پیدا کرتے ہیں۔ یہ ورم بڑھ کر اندر دماغ تک پہنچ جاتا ہے اور رطوبت بہنی شروع ہو جاتی ہے۔ گلے اور کانوں پر بھی اس کا اثر ہوتا ہے۔ اس سے ثابت یہ ہوتا ہے کہ نزلہ و زکام کا صحیح علاج یہ ہے کہ مختلف تدابیر اور دوا کے ذریعے سے تمام مادوں کو خارج کر دیا جائے تاکہ ورم دور ہو جائے۔

نزلی ہمدرد کی خاص ایجاد ہے جو جدید ترین معلومات کی روشنی میں تیار کی گئی ہے۔ اس دوا کی چند خوراکیں نہ صرف نزلہ پیدا کرنے والے مادے کو فنا کر ڈالتی ہیں بلکہ دماغ، کان اور گلے پر نزلے کے جو برے اثرات ہوتے ہیں انھیں بھی نہایت کامیابی سے روک دیتی ہے۔ ۵۰ گرام اور ۱۰۰ گرام کی پیکنگ میں دستیاب ہے۔

کشتہ مرجان جواہردار

آلہء عقل یعنی دماغ کے خاکی مادے کو بڑھا کر حسی تاثرات و محسوسات کو تیز کرتا ہے۔ اجسامِ رباطیہ کو قوت دے کر بینائی کو تیز کرتا ہے۔ دل و جگر کو بھی طاقت دیتا ہے۔ دماغ کی کمزوری کو دور کرتا ہے نیز نزلہ و کھانسی اور دردِ سر کو جو ضعفِ دماغ کے باعث ہوتا ہے دور کرتا ہے۔

ترکیب استعمال: ۳۰ سے ۶۰ ملی گرام، ۶ گرام خمیرہ گاؤزبان عنبری میں رکھ کر کھائیں۔ اوپر سے دودھ پی سکتے ہیں۔

دواء المسک معتدل جواہردار

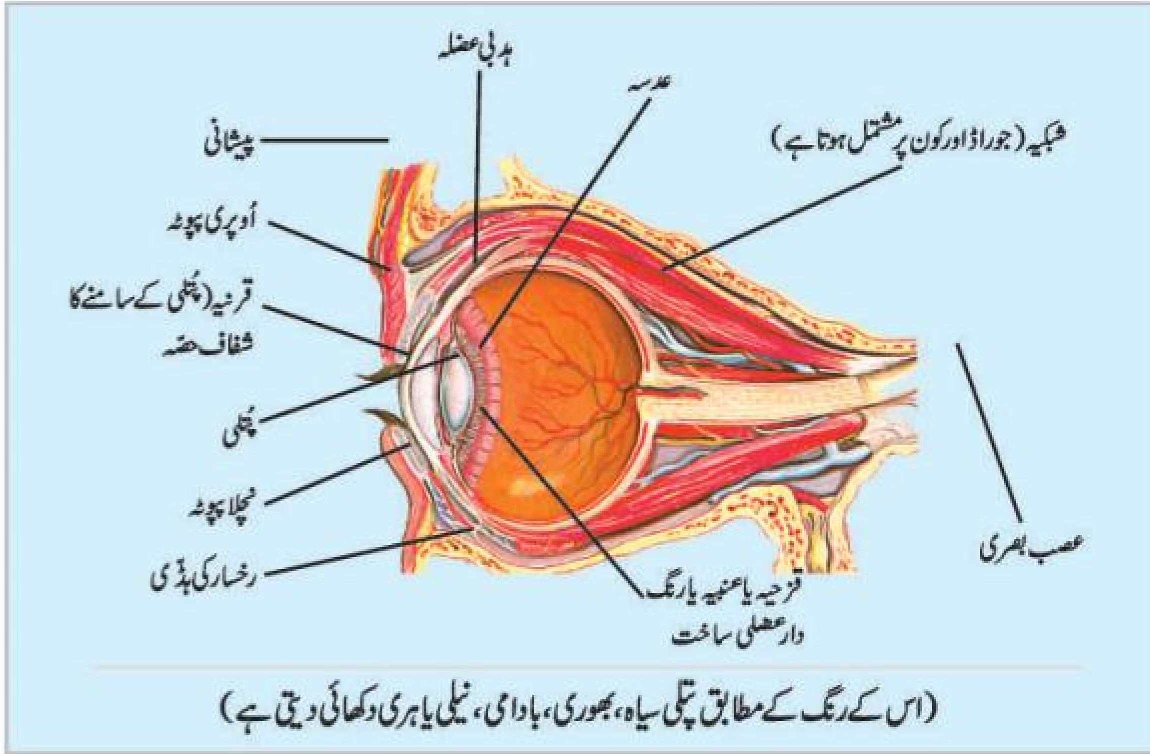
قیمتی ادویہ اور جڑی بوٹیوں کا مرکب ہے۔ یہ دل کے افعال اور اس کی حرکات میں تنظیم اور تازگی پیدا کر کے دھڑکن کو فائدہ دیتی ہے۔ دل کی کواڑیوں کے نقائص دور کر کے دورانِ خون کو صحیح کرتی ہے۔ نہایت سریع الاثر محرک ہونے کی وجہ سے دل کو قوت دے کر بدن کے ہر عضو میں کافی خون پہنچاتی ہے، اس لیے غشی میں جب ہاتھ پاؤں ٹھنڈے ہو جاتے ہیں، نہایت مفید ثابت ہوتی ہے۔ جگر کو طاقت دے کر اس کے افعال کو درست کرتی ہے۔ معدے کے غدودِ ہضمیہ (پیپ ٹک گلینڈز) کو طاقت دیتی ہے اور جوہر ہاضم (پیپ سین) کو بڑھاتی ہے۔ مقوئ معدہ ہے۔ بیماری کے بعد کمزوری میں جب دل کسی ساختی بیماری سے کمزور ہو، نہایت مفید ہے۔ عام جسمانی کمزوری کو جلد دور کر دیتی ہے۔

ترکیب استعمال: غشی اور دل کی کمزوری میں عرق عنبر ۵۰ ملی لیٹر، عرق گزر ۵۰ ملی لیٹر، مصری ۱۲ گرام کے ہمراہ کھائیں۔ معدہ اور جگر کی کمزوری میں عرق بادیان ۷۵ ملی لیٹر یا عرق ماء اللحم ۷۵ ملی لیٹر کے ہمراہ کھائیں یا صرف دواء المسک کھائیں۔

مقدار خوراک: ۱ سے ۶ سال تک ایک گرام سے ۲ گرام تک۔ بڑی عمر والوں کو ۳ گرام سے ۶ گرام تک۔



بدن کے تمام اعضا میں جو دماغ کو آس پاس کے حالات سے باخبر رکھتے ہیں ہماری آنکھیں سب سے زیادہ حیرت ناک ہیں جن کی مدد سے ہم سب چیزوں کو دیکھ سکتے ہیں۔ اگر آنکھیں نہ ہوں تو ساری دنیا اندھیرا ہے۔ ہوتا یہ ہے کہ تمام چیزوں سے روشنی کی شعاعیں نکل کر ہماری آنکھوں میں پہنچتی ہیں اور آنکھیں ایک موٹی عصبی ڈور (عصبِ بصری) کے ذریعے اس کی خبر فوراً ہمارے دماغ کو پہنچا دیتی ہیں جس سے دماغ میں دیکھنے کا احساس پیدا ہوتا ہے۔

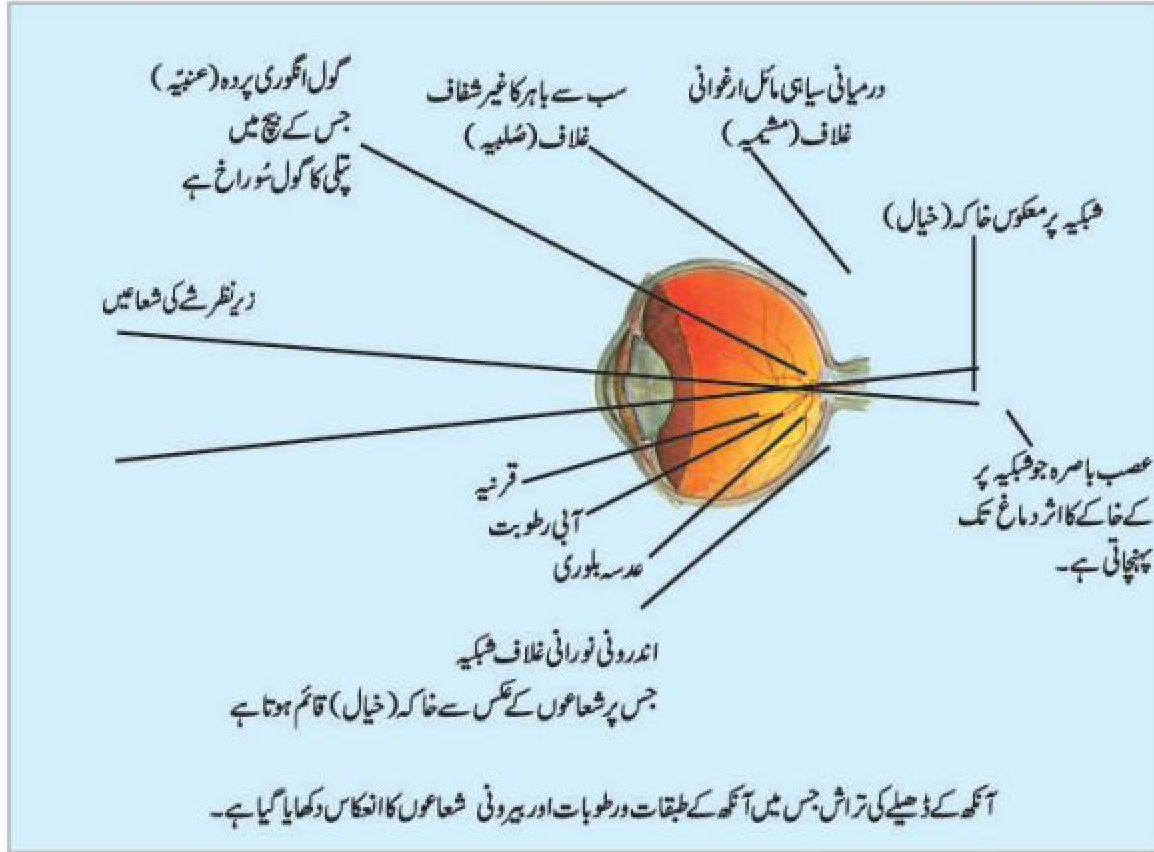


(اس کے رنگ کے مطابق پتلی سیاہ، بھوری، بادامی، نیلی یا ہری دکھائی دیتی ہے)

قدرت نے آنکھوں کو چہرے سے اوپر ہڈی کے دو گہرے خانوں میں نہایت محفوظ جگہ رکھا ہے۔ باہر سے دو پپوٹے اور پلکیں ان کی حفاظت کرتی ہیں۔ آنکھیں چہرے کے سامنے ہیں اس لیے سامنے سیدھا دیکھ سکتی ہیں

اور ساتھ ہی نظر ہٹائے بغیر دائیں بائیں جانب بھی کسی حد تک دیکھ سکتی ہیں۔ ہم اپنی مرضی سے انھیں دائیں بائیں اور اوپر نیچے گھما سکتے ہیں۔ اس طرح گھمانے کے لیے ہر آنکھ کے ڈھیلے پر گوشت کی چھ طنابیں (عضلات حرکت) لگی ہوئی ہیں۔ دو آنکھیں ہونے میں یہ فائدہ ہے کہ ہم ہر چیز کے ڈیل ڈول کو بہت ٹھوس اور ابھرا ہوا دیکھ سکتے ہیں۔ اگر ایک آنکھ کو بند کر کے دوسری آنکھ سے کسی چیز کو دیکھا جائے تو وہ اس قدر ٹھوس اور نمایاں نظر نہ آئے گی۔ دونوں آنکھوں سے آس پاس اور اوپر نیچے کا میدان نظر زیادہ وسیع بھی ہو جاتا ہے یعنی ہم چاروں طرف زیادہ دیکھ سکتے ہیں۔ آنکھ کا دیدہ (سامنے کا کھلا حصہ) آنسوؤں سے ہمیشہ تر رہتا ہے۔ اگر کبھی گرد و غبار کا کوئی ذرّہ آنکھ میں پہنچ جائے تو اکثر اوقات وہ آنسوؤں کی تیزی سے ڈھل کر باہر نکل جاتا ہے اور آنکھ صاف ہو جاتی ہے۔

ایک کیمرے کی طرح آنکھ کی بناوٹ



آنکھ کے ڈھیلے کی تراش جس میں آنکھ کے طبقات و رطوبات اور بیرونی شعاعوں کا انعکاس دکھایا گیا ہے۔

آنکھ کی بناوٹ بالکل فوٹوگرافی کے کیمرے کی طرح ہے جس میں سامنے شیشے کا ایک لینس (عدسہ) ہوتا ہے اور پیچھے ایک حساس پلیٹ ہوتی ہے جس پر روشنی کا عکس پڑنے سے تصویر بنتی ہے۔ آنکھ میں بھی سامنے کے حصے میں ایک عدسہ ہوتا ہے جو روشنی کی شعاعوں کو اکٹھا کر کے پچھلے حصے میں منتقل کر دیتا ہے۔ جہاں ایک

کالے پردے (شبکیہ) پر یہ شعاعیں جمع (فوکس) ہوکر تصویرIMAGE عکس) بنادیتی ہیں۔اس کی خبر فوراً ایک موٹی عصبی (عصبِ بصری) کے ذریعے دماغ کے مرکزِ بینائی کو پہنچ جاتی ہے جس سے ہمیں دیکھنے کا احساس ہوتا ہے۔باہر سے روشنی کی شعاعیں آنکھ کے اندر ایک گول سوراخ (پتلی) کی راہ سے داخل ہوتی ہیں۔ یہ پتلی سامنے سے آنکھ کے بیچ میں گول اور کالی نظر آتی ہے۔ پتلی کے گرد ایک رنگین مہین پردہ گول حلقہ بناتا ہے۔بعض آدمیوں میں یہ پردہ نیلے رنگ کا ہوتا ہے۔بعض آدمیوں میں بھورا۔آسمانی یا سیاہی مائل۔روشنی زیادہ ہو تو یہ پردہ سکڑ کر پتلی کے سوراخ کو تنگ اور چھوٹا کردیتا ہے۔روشنی کم ہو تو پردہ پھیل جاتا ہے اور پتلی چوڑی ہوجاتی ہے تاکہ زیادہ روشنی اندر جاسکے۔

آنکھ کے طبقات یا غلاف

آنکھ کے ڈھیلے کو تین طبقات یا غلاف گھیرے ہوئے ہیں:

(ا) سب سے باہر کی ٹھوس، موٹی اور سخت پرت (صلبیہ) آنکھ کے بڑے قطر کا پچھلا ۶/۵ حصہ بناتی ہے جو غیر شفاف ہوتا ہے۔اس کے پچھلے حصے میں ایک سوراخ ہوتا ہے جس کے راستے آنکھ کا عصبِ بصری اور



گول انگوری پردے پر قرنیہ کی سنگیں تہہ چڑھی ہوتی ہے اور اس پر سے ساری کھلی آنکھ پر ایک نرم شفاف جھلی (ملتحمہ) چڑھی ہوتی ہے۔جو آنسوؤں سے تر اور نرم رہتی ہے اور یہ اوپر اور نیچے کے پپوٹے کا استر بھی بناتی ہے۔

خون کی رگیں اندر داخل ہوتی ہیں۔اس کا سامنے کا ۶/۱ حصہ شفاف ہوتا ہے یعنی روشنی اس کے اندر سے گزر سکتی ہے۔یہ شفاف حصہ پلاسٹک کی سخت و کرخت جھلی یا ابرک کے پتلے ورق کی طرح ہوتا ہے اور آنکھ کے ڈھیلے کے سامنے ابھرا ہوا ایک جیبی گھڑی کے شیشے کی طرح لگا ہوا ہوتا ہے (اس کو قرنیہ کہتے ہیں یعنی

سینگ جیسا سخت) قرنیہ پر باہر سے ایک نرم شفاف جھلی (ملتحمہ) چڑھی ہوتی ہے جو دونوں پپوٹوں کا استر بھی بنا دیتی ہے۔

(۲) درمیانی پرت (مشیمیہ) خون کی رگوں سے بھری ہوئی سیاہی مائل یا ارغوانی ہوتی ہے۔عصب بصری کے گزرنے کے لیے اس کے پچھلے حصے میں بھی گول سوراخ ہوتا ہے۔اس کے سامنے کے ۶/۱ حصے کو (جو قرنیہ کے پیچھے اور عدسے کے سامنے ایک سوراخ دار حلقے یا چھلے کی طرح ہوتا ہے)عنبیہ یا انگوری پردہ کہتے ہیں یہ بعض افراد میں بھورا یا نیلگوں اور بعض میں زردی مائل مثل انگور یا قوس قزح کے رنگ کا ہوتا ہے۔اس پردے کے سامنے والے گول سوراخ ہی کو تپلی کہتے ہیں جس کی راہ سے روشنی جو باہر آتی ہے آنکھ کے اندر جاتی ہے روشنی کی زیادہ یا کم مقدار کے لحاظ سے تپلی سکڑتی یا پھیل جاتی ہے۔

(۳) سب سے اندر کی کالی پرت (شبکیہ) دراصل ایک نورانی پردہ ہے جس پر باہر سے آنے والی روشنی کی شعاعیں پڑ کر ہر زیرِ نظر چیز کا خاکہ (Image) خیال قائم ہوتا ہے۔درحقیقت یہ نازک اور حساس پردہ عصبِ باصرہ کے ریشوں کے پھیلاؤ سے بنتا ہے۔یہ ریشے روشنی سے متاثر ہوکر پردے پر قائم شدہ خاکے کے ڈیل ڈول وغیرہ (خاکہ) کا احساس دماغ تک پہنچا دیتے ہیں۔احساس کی یہی دماغی کیفیت ہماری بصارت یعنی دیکھنے کا سبب ہے۔

آنکھ کی رطوبتیں

(۱) آبی رطوبت: یہ قرنیہ کے پیچھے اور انگوری پردہ (عنبیہ) کے سامنے کے خانے اور پیچھے کے خانے میں بھری ہوتی ہے۔

(۲) بلوری رطوبت (عدسہ) ایک مہین جھلی کے غلاف میں مسور کے دانے کی طرح (محدب الطرفین) انگوری پردے کے پیچھے ہوتی ہے۔اس کے سامنے تک آبی رطوبت بھری ہوتی ہے۔یہ بلوری رطوبت شفاف اور بے رنگ ہوتی ہے جس میں سے روشنی گزر سکتی ہے لیکن بڑھاپے میں جب یہ میلی اور غیر شفاف ہو جاتی ہے تو پھر اس میں سے روشنی نہیں گزر سکتی (اسی حالت کو آنکھ کا موتیا کہتے ہیں)

(۳) رجاجی رطوبت: یہ پگھلے ہوئے کانچ کے مانند ایک صاف شفاف گاڑھی لیس دار رطوبت ہے جو ایک باریک شفاف جھلی میں ملفوف ہوکر عدسہ (بلوری رطوبت) کے پیچھے اور پردۂ شبکیہ کے سامنے آنکھ کے ڈھیلے کے ۵/۴ حصے میں بھری ہوتی ہے۔آنکھ کی مندرجہ بالا تینوں رطوبتوں کا یہ فائدہ ہے کہ یہ روشنی کی اندر

آنے والی پھیلی ہوئی شعاعوں کو منحرف کرکے (جھکا کر) پردۂ شبکیہ پر اکٹھا کرتی ہیں جس سے زیرِ نظر چیز کا خاکہ (خیال) صاف قائم ہوتا ہے۔ اسی خاکے کا احساس عصبِ بصری کے ذریعے دماغ تک منتقل ہوکر ہماری بصارت پیدا کرتا ہے۔

آنکھ کی حفاظت کے متعلق چند ھدایات

دھندلی یا جھلملاتی ہوئی روشنی میں پڑھنے لکھنے یا سینے پرونے کا کام نہیں کرنا چاہیے لیٹے لیٹے بھی نہیں پڑھنا چاہیے اور نہ کتاب پر سر جھکا کر پڑھیے بلکہ کتاب کو مناسب فاصلے پر (عموماً دس انچ دور) سامنے رکھ کر سر جھکائے بغیر صرف آنکھوں کو نیچے کتاب پر جما کر پڑھنا چاہیے۔ کتاب پر روشنی سامنے سے نہیں بلکہ پیچھے کندھوں کے اوپر سے پڑنا چاہیے کھلی تیز روشنی سے بھی آنکھوں کو بچانا چاہیے لگاتار دیر تک نہیں پڑھنا چاہیے بلکہ درمیان میں آرام کے مختصر وقفے رکھنے چاہئیں۔ ہر سال نظر کا طبی امتحان کرا لینا بھی قرینِ مصلحت ہے۔ طبی صحت کو قائم رکھنے اور آنکھ کے فعل کو برقرار رکھنے کے لیے حیاتین الف خاص طور پر مفید ہے۔ یہ بصری زردی کے اجزا میں سے ایک ہے جس کا بصارت سے گہرا تعلق ہے اور خاص طور پر رات کو کم نظر آنے میں اس کو بڑا دخل ہے۔ ٹیلی وژن دیکھنے سے اگر آنکھ تھک جاتی ہو تو اس کو حیاتین الف کی کمی پر محمول کرنا چاہیے اسی طرح دھوپ سے آنکھ میں چکا چوند کا پیدا ہونا بھی حیاتین الف کی قلت کا نتیجہ سمجھنا چاہیے۔ حیاتین الف دودھ، پنیر اور انڈوں میں پائی جاتی ہے۔ بوڑھوں میں موتیا بند (نزول الماء) کی بیماری سب سے زیادہ عام ہے۔ اس مرض میں آنکھ کے شفاف عدسوں کی انڈوں کی سفیدی جیسی رطوبت ابلے ہوئے انڈے کی سفیدی کی طرح ہوتی چلی جاتی ہے۔ یہ کیفیت غذا میں حیاتین ب۲ ب ۶ یا ب ۵ (پین ٹوتھینک ایسڈ) کی کمی اور حیاتین ای (ہ) کم ہونے کے سبب سے لاحق ہوتی ہے ایسی صورت میں غذا میں ان چیزوں کو شامل رکھیں اور ان قدرتی لازمی غذائی اجزا کو کما حقہ اہمیت دیں۔ کولیسٹرول کے خون کی باریک رگوں میں جم جانے سے بھی موتیا کی بیماری ہوسکتی ہے۔ اس سبب سے مدافعت کے لیے لیسی تھین کی ضرورت ہوتی ہے۔ یہ ایک قدرتی شے ہے جو سوئے کی پھلیوں اور آٹے میں بڑی مقدار میں پائی جاتی ہیں۔ یہ ہمارے جسم میں بھی پائی جاتی ہیں بشرطیکہ نباتی تیلوں کے غیر مشبع (رقیق) شحمی تیزابات کی بڑی مقداروں کے علاوہ غذا میں حیاتین ب کی اقسام کولین اور آؤسیٹول بھی موجود ہوں۔

حفظِ بصارت کے لیے

آنکھوں کی صفائی اور ان کا صحیح استعمال ان کی حفاظت کا ضامن ہوتا ہے۔ اس کے باوجود بعض حالات میں دواؤں اور مقویاتِ چشم و دماغ کا استعمال ناگزیر ہوجاتا ہے۔

ھوالشافی

صبح	خمیرۂ ہمدرد ۶ گرام	ہمراہ خوباں تازہ پانی میں حل کر کے پیئں ۳ چمچے
بعد غذا	عرقِ عنبر ایک چمچہ	

تقویتِ چشم بصارت کے لیے اکثر حالات میں یہ نسخہ مفید ہوتا ہے۔ بعض طبیب رات کے وقت سوینا بھی دیتے ہیں کہ جو مغزیات کا ایک بہترین مرکب ہے۔ اگر ضرورت ہوتو آنکھوں میں ''دوائے چشم'' کے قطرے رات کو ٹپکائیں۔ ''دوائے چشم'' ایک مفید دوا ہے جو نہ صرف آشوبِ چشم میں مفید ہے بلکہ آنکھوں کو میل سے صاف کرنے کے لیے بطورِ حفظِ ماتقدم بھی استعمال کرتے ہیں۔



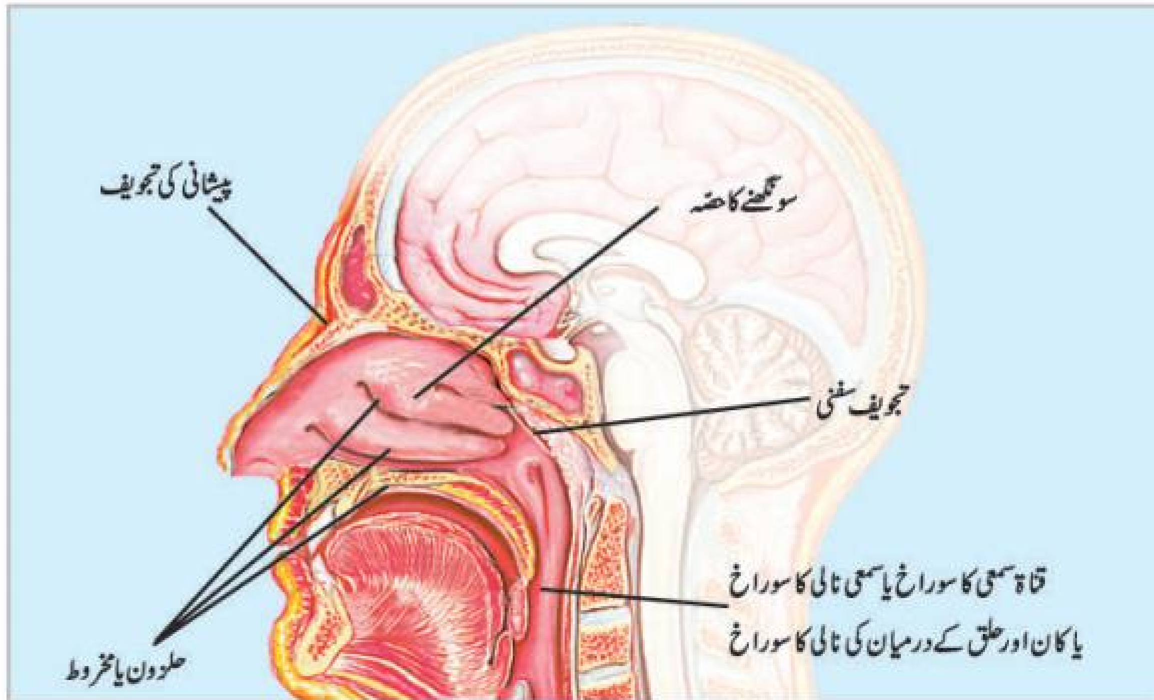
ہماری ناک

ناک کے دو حصّے

ناک قوتِ شامہ یعنی سونگھنے کا خاص آلہ ہے۔ اس کے دو حصے ہیں، ایک بیرونی حصہ، دہانے کے اوپر بیچ میں ابھرا ہوا ہے، جس کو ناک کہتے ہیں اور دوسرا اندرونی خلا دار حصہ جسے ایک درمیانی پردہ یا دیوار دونتھنوں میں تقسیم کر دیتی ہے۔ اس خلا دار حصے پر نرم جھلی استر بناتی ہے جس میں بال ہوتے ہیں۔ یہ بال سانس کی ہوا کے گرد و غبار کو اندر نہیں جانے دیتے۔ سانس کے اندر جانے کا صحیح راستہ ہمارے دونوں نتھنے ہی ہیں لہٰذا سانس لینے میں منہ کھلا ہوا نہیں رکھنا چاہیے۔

اندرونی ناک کے تعلقات

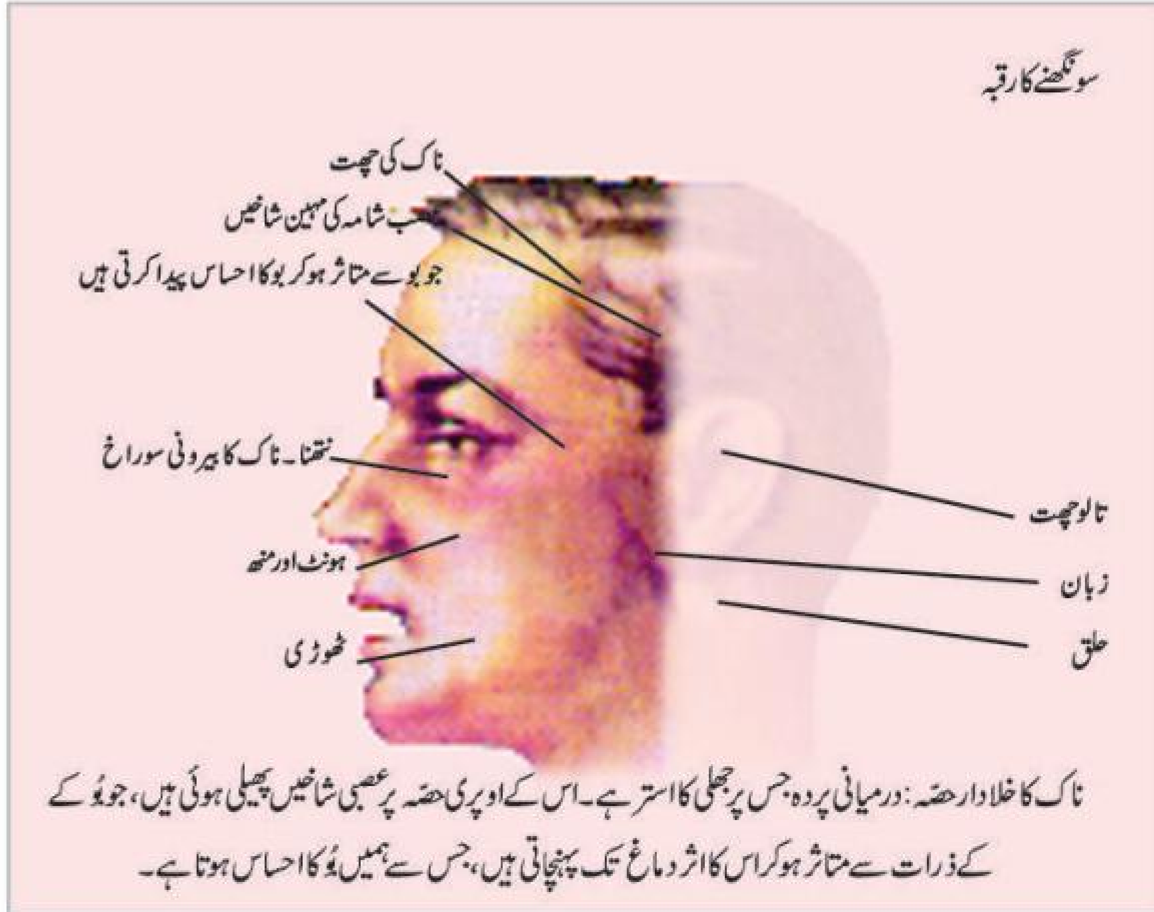
ناک کے اندرونی حصے کا تعلق اس کے دونوں پچھلے سوراخوں کے ذریعے حلق کے ساتھ ہوتا ہے۔ اس کے علاوہ آنسوؤں کی نالی کے ذریعے آنکھوں کے خانوں کے ساتھ ناک کی چھت پر کے سوراخوں کے ذریعے



کھوپڑی کے گڑھے کے ساتھ اور تالو اور جبڑے کے سوراخ کے ذریعے گال کی ابھری ہوئی ہڈی کے ایک گڑھے کے ساتھ بھی تعلق قائم ہوتا ہے۔ ان تعلقات ہی کی وجہ سے ناک کے ورم یا نزلے کا اثر ان سب مقامات تک پہنچ سکتا ہے اور چونکہ ناک کی جھلی کا تعلق دماغ کی جھلیوں سے بھی ہوتا ہے اس لیے ناک کے ورم کے سبب سے دماغی پردے بھی متاثر ہو سکتے ہیں۔

ہم کس طرح سونگھتے ہیں؟

ناک کا اگلا سرا خاص طور سے سانس لینے کے کام آتا ہے اور سونگھنے کی قوت ناک کی اندرونی جھلی کے اوپری حصے میں ہوتی ہے عصبِ شامہ کی شاخیں ناک کی چھت میں سوراخوں سے آکر استری جھلی کے اس اوپری حصے میں پھیلتی ہیں۔ جب ناک کے اندر سانس لیتے ہیں تو ہوا کے ساتھ ملی ہوئی ہر قسم کی خوش بو یا بد بو کے ذرات عصبِ شامہ کے باریک ریشوں پر لگتے ہیں اور ان کا اپنا خاص (خوش بو یا بد بو کا) اثر پیدا کرتے ہیں یہ اثر ان عصبی ریشوں پر سے گزر کر دماغ میں (سونگھنے کے مرکز میں) پہنچ کر محسوس ہوتا ہے یعنی ہمیں بودار ہر چیز کی خاص بو (خوش بو یا بد بو) معلوم ہوتی ہے۔ جب ہم کسی خوش بو کو بہ خوبی سونگھنا چاہتے ہیں تو اپنا منہ بند کر کے



ناک کا خلادار حصّہ: درمیانی پردہ جس پر جھلی کا استر ہے۔ اس کے اوپری حصّہ پر عصبی شاخیں پھیلی ہوئی ہیں، جو بُو کے ذرات سے متاثر ہو کر اس کا اثر دماغ تک پہنچاتی ہیں، جس سے ہمیں بُو کا احساس ہوتا ہے۔

ناک کے راستے زور سے سانس کھینچتے ہیں۔ ایسا کرنے سے خوش بودار ذرات تمام پھیلے ہوئے عصبی ریشوں سے لگتے ہیں۔ ان کا اثر زیادہ ہوتا ہے اور ہمیں خوش بو اچھی طرح محسوس ہونے لگتی ہے۔ اسی طرح جب بد بو کو روکنا ہوتا ہے تو ہم ناک کے نتھنوں کو بند کر دیتے ہیں اور ہمیں بد بو محسوس نہیں ہوتی ہے۔ زکام اور سردی کے زمانے میں اکثر ناک کا راستہ بند ہو جاتا ہے اس لیے ہمارے سونگھنے کی طاقت اس وقت کم ہو جاتی ہے اور مزے کا امتیاز کرنا بھی مشکل ہو جاتا ہے (کیونکہ مزے کی پیدائش میں مہک کا بھی خاص حصہ ہوتا ہے)

سونگھنے کے فائدے

سونگھنے کی قوت ہمارے لئے بہت مفید ہے۔ بد بو سے ہم خبردار ہو سکتے ہیں کہ آس پاس کوئی چیز سڑ رہی ہے (مثلاً مرا ہوا چوہا) کپڑا جلنے کی خاص بو ہمیں چوکنا کر دیتی ہے کہ شائد کہیں آگ لگ گئی ہے۔ اچھی غذا کی خوشبو سے ہماری بھوک زیادہ ہوتی ہے بلکہ منہ میں پانی آنے لگتا ہے۔ تازہ پھولوں کی خوش بو سے دماغ معطر ہو جاتا ہے اور ہمیں فرحت حاصل ہوتی ہے۔ مکان جسم اور لباس کی صفائی سے ہم بد بو کے برے اثرات سے اور بیماری سے محفوظ رہ سکتے ہیں۔

اشاراتِ معالج

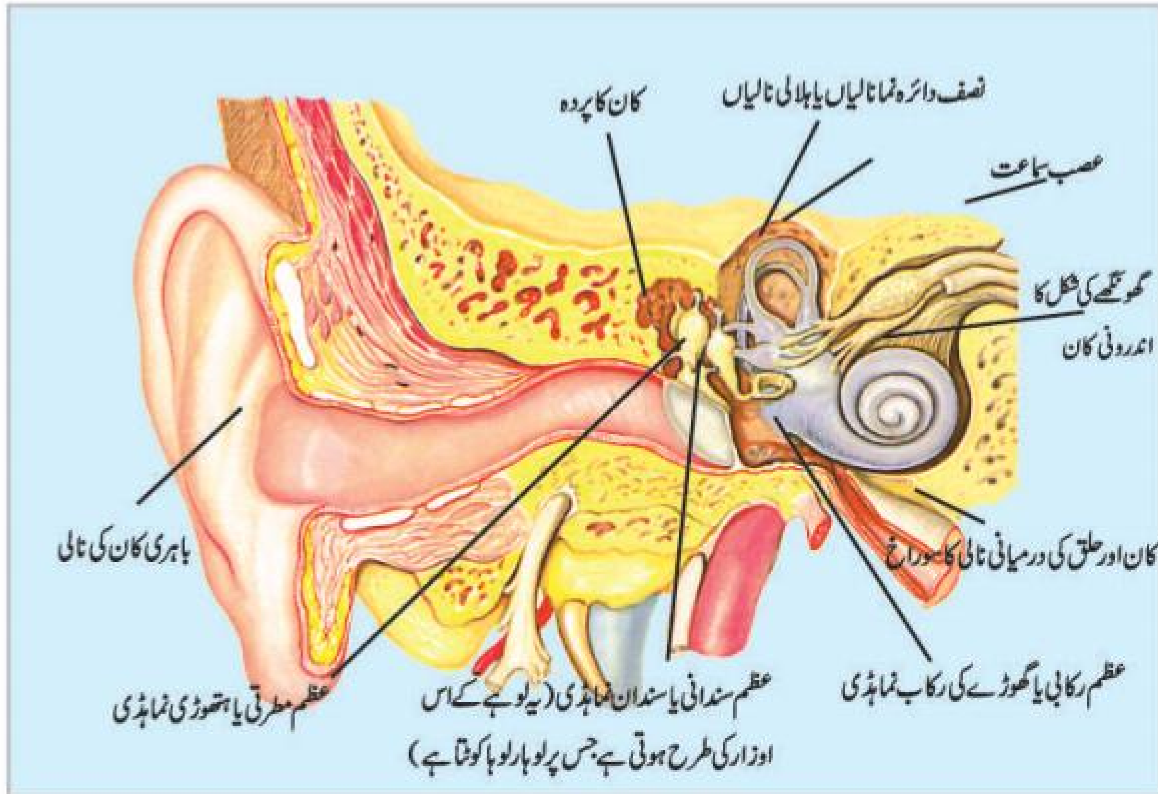
اکثر و بیشتر حالات ایسے ہوتے ہیں کہ ناک کی صفائی کی طرف سے غفلت برتنے سے ناک کی اندرونی غشائے مخاطی میں ورم ہو جاتا ہے اور ناک بند رہنے لگتی ہے۔ اس کے لیے نیم گرم نمک آمیز پانی سے ناک کی صفائی کرانی چاہیے اور ''نوزو'' کے قطرے ناک میں ٹپکانے چاہئیں۔ ''نوزو'' کو ناک کے ہر قسم کے ورم اور ناک کے اندر پیدا ہونے والے غدود کو رفع کرنے کے لیے استعمال کیا جاتا ہے۔

ہمارے کان

کان کی بناوٹ

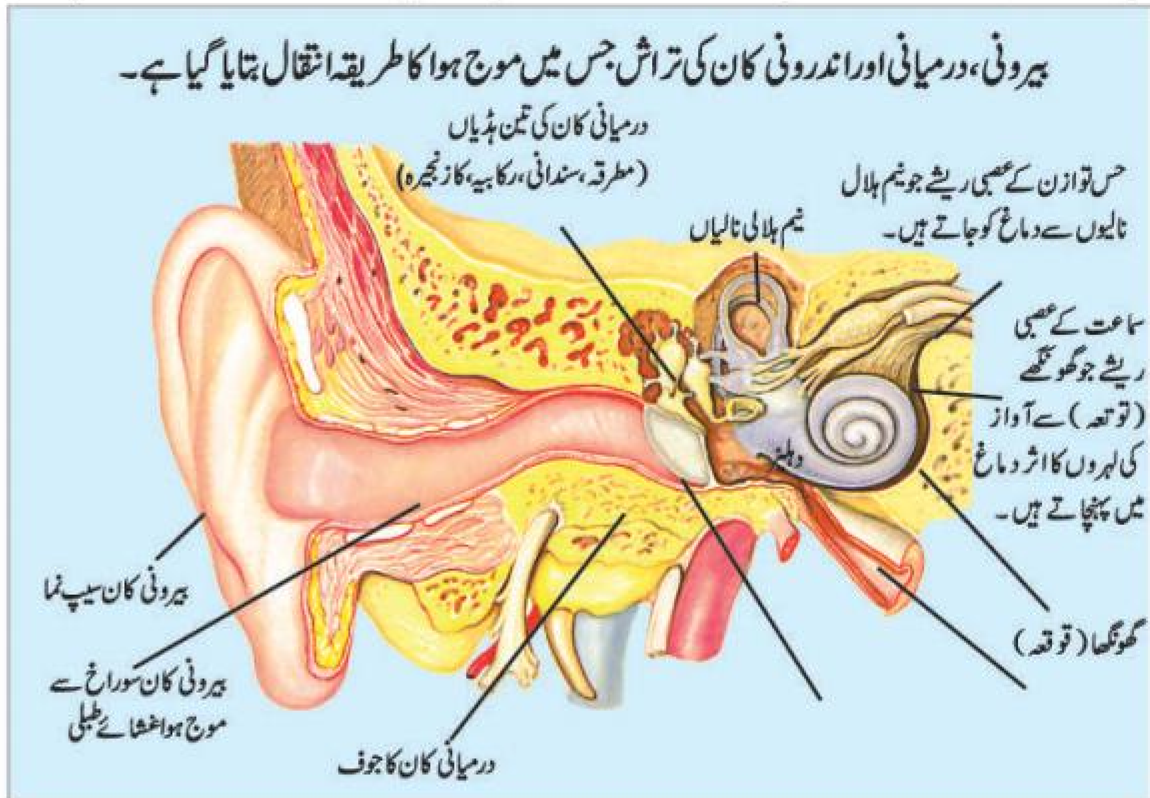
ہمارا آلہء سماعت (سننے کی مشین) کان کے تین حصوں (بیرونی کان، درمیانی کان، اندرونی کان) عصبِ سماعت اور دماغ کے مرکز سماعت سے بنتا ہے۔

(ا) بیرونی کان: ہمارے سر کے دونوں جانب دو کان لگے ہوتے ہیں جن کی شکل سیپ جیسی پھیلی ہوئی اور بیضوی ہوتی ہے۔ یہ نرم لچکیلی کری سے بنتے ہیں جس کو ہاتھ سے مروڑا جاسکتا ہے۔ اکثر جانور مثلاً بلی، کتا، گدھا اور خرگوش وغیرہ تو اپنے کانوں کو خوب ہلا سکتے ہیں مگر آدمی شاذ ہی کوئی ایسا ہوتا ہے جو اپنے کانوں کو کسی قدر ہلا سکتا ہو بیرونی کانوں کی شکل ایسی ہوتی ہے کہ وہ باہر سے ہوا کی لہروں کو جن سے آواز پیدا ہوتی ہے جمع کر کے کان کے سوراخ کی راہ سے درمیانی کان سے باہر کے پردے (غشائے طبلی) تک پہنچا دیتی ہے۔ کان کے سوراخ کی نالی میں ہوا گنبد کی طرح گونج کر آواز کو زیادہ اونچا بنا دیتی ہے۔ کان کی نالی کے اندرونی سرے پر ایک پردہ



گول پتلی جھلی (غشائے طبلی) کا تنا ہوا ہوتا ہے۔

(۲) درمیانی کان: اس پردے کے اندر کی طرف تین چھوٹی چھوٹی ہڈیاں ایک زنجیر کی طرح یکے بعد دیگرے چسپاں ہوتی ہیں جو درمیانی کان کے جوف یا ڈھول میں واقع ہوتی ہیں ۔ یہ تینوں ہڈیاں بالآخر اندرونی کان کی بھول بھلیوں سے چسپاں رہتی ہیں ۔ اس جوف سے ایک نالی نکل کر حلق تک جاتی ہے (اس کو یوسے کیٹن نالی کہتے ہیں) جو جوف کی زائد ہوا اور بلغمی تراوش کو حلق کی راہ سے خارج کر دیتی ہے ۔ نزلہ وغیرہ میں اس کے بند ہو جانے سے کان بھاری معلوم ہوتے ہیں اور سننے میں خلل واقع ہوتا ہے۔



بیرونی، درمیانی اور اندرونی کان کی تراش جس میں موج ہوا کا طریقہ انتقال بتایا گیا ہے۔

(۳) کان کا تیسرا حصہ اندرونی کان: نہایت پیچیدہ ساخت کا ہوتا ہے جس کو تیہہ یا بھول بھلیاں کہتے ہیں ۔ یہ ہڈی کے ایک گھونگے نما (قوقعہ) دہلیز اور تین نالیوں سے بنتا ہے ۔ ان تینوں کے اندر ایسی ہی شکل کی ساخت جھلی سے بنتی ہے (جس کو تیہہ غشائی کہتے ہیں) جو پیری لمف نام کی بیرونی رطوبت سے گھری رہتی ہے۔ اور جھلی کے اندرونی حصوں میں انڈولمف نامی رقیق و شفاف رطوبت بھری ہوئی ہوتی ہے۔ اس جھلی میں عصبِ سامع کی اختتامی شاخیں پھیلی ہوئی ہوتی ہیں جو جھلی کے باریک رونگٹے نما مخملی ابھاروں میں ختم ہوتے ہیں۔ انڈولمف (اندرونی رطوبت) کی خفیف سی تحریک بھی آواز کی لہروں کو عصب سامع کے ریشوں تک پہنچا دیتی ہے جن کا تعلق دماغ سے ہوتا ہے ۔ دماغ میں سننے کا مرکز ہے جس میں آواز کی لہروں کا اثر پہنچ کر سننے کا احساس پیدا کر دیتا ہے۔

ہم کس طرح سونگھتے ہیں؟

بیرونی کان سے جب ہوا کی لہر یا آواز کی تھرتھراہٹ کان کے سوراخ میں آتی ہے تو وہ کان کے جھلی نما پردے (غشائے طبلی) کو جنبش دیتی ہے اور کان کا پردہ کان کی تین ہڈیوں کو ہلا دیتا ہے۔ ان ہڈیوں کی تھرتھراہٹ سے اندرونی کان کی پیری لمف (بیرونی رطوبت) میں پیدا ہونے والی لہر سے جھلی کے اندرونی رونگٹوں میں لرزش پیدا ہو جاتی ہے۔ جس سے عصبِ سامع کے ریشے متاثر ہوتے ہیں پھر یہ تاثر عصبِ سامع کی ڈوری کے ریشوں کی راہ سے دماغ تک پہنچ جاتا ہے جسکا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ ہم آواز کو محسوس کرتے، یعنی سن سکتے ہیں۔ سبحان اللہ! کیا صانع مطلق کی قدرت وحکمت ہے کہ ہم کان کے ذریعے باریک سے باریک آوازوں اور میٹھے میٹھے سروں کو نیز زورشور کی کڑک دھمک اور گھن گرج کی آوازوں کو آسانی سے سن سکتے ہیں! اندرونی کان کی ہلالی نالیاں ہمارے بدن کا توازن قائم رکھنے میں مدد دیتی ہیں۔

ضروری ہدایات

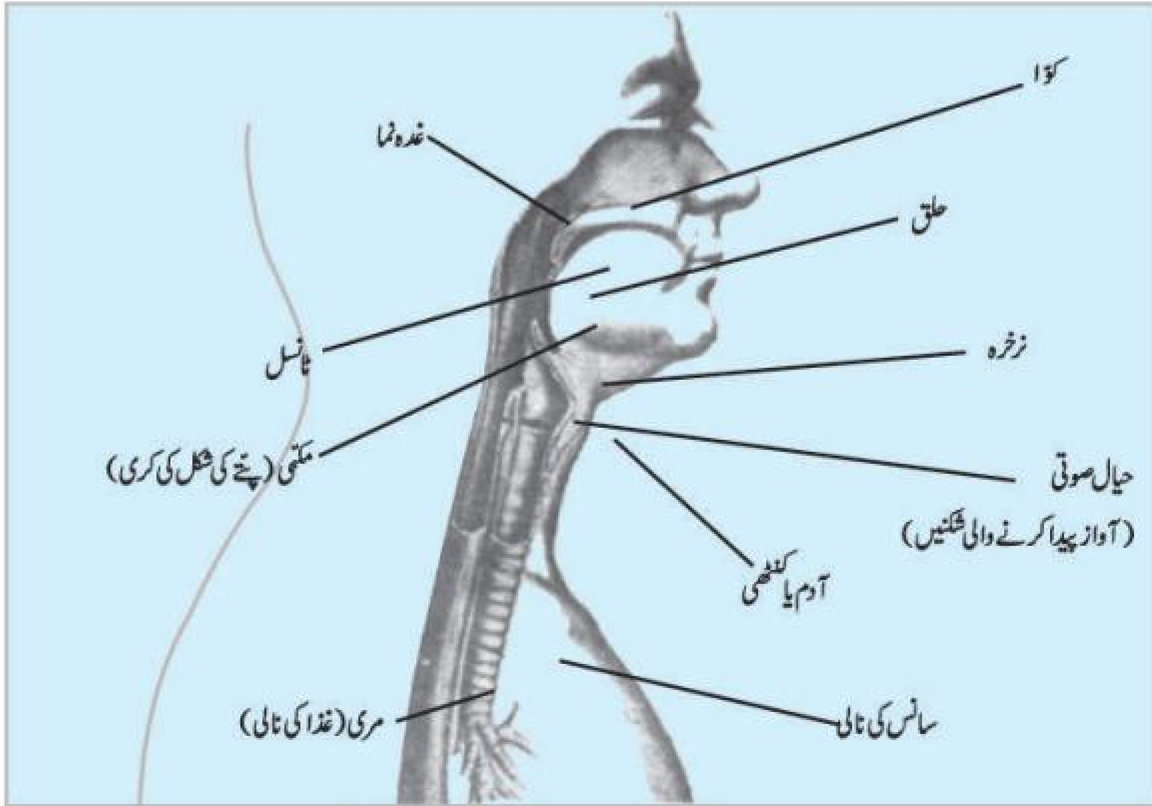
کان کا پردہ نہایت نازک اور اہم چیز ہے، اس کی حفاظت کرنا چاہیے اور اسے چوٹ اور خراش سے بچانا چاہیے۔ اس کے پھٹنے یا زخمی ہو جانے سے بہرا پن پیدا ہو سکتا ہے۔ اسی واسطے کان کے سوراخ میں تنکا یا پنسل وغیرہ ڈال کر کریدنا خطرناک ہے۔ بچوں کے کان مروڑنا بھی بری بات ہے۔ کان میں میل، موم زیادہ جمع ہو جانے سے یا سرد ہوا لگنے سے درد پیدا ہو سکتا ہے۔ ایسی حالتوں میں کریدنے سے پرہیز کرنا چاہیے اور معالج کے پاس جا کر کان صاف کرانا بہتر ہے۔ اگر کان سے کوئی رطوبت یا مواد بہنے لگے تو فوراً علاج کروانا چاہیے تاکہ اندرونی حصوں میں خرابی نہ ہونے پائے۔



سانس لینے میں ہوا ناک میں سے ہو کر حلق میں پہنچتی ہے اور پھر حلق سے نیچے جا کر آواز کے صندوق (حنجرہ یا زخرہ) میں داخل ہوتی ہے۔ اوپر اس صندوق کے منہ پر ایک ڈھکنا سا لگا رہتا ہے جو کھانا نگلتے وقت نیچے گر کر سانس نلی (قصبتہ الریہ) کا منہ بند کر دیتا ہے تا کہ کھانا نگلتے وقت سانس نلی کے اندر نہ جائے بلکہ بند ڈھکنے کے اوپر سے گزر کر غذا کی نلی (مری) میں چلا جائے جو سانس نلی کے پیچھے ہی ہوتی ہے (اور جو گردن سے نیچے سینے میں سے گزر کر پیٹ کے حصے میں جا کر معدہ میں کھلتی ہے)

پیدائش آواز کا خاص آلہ

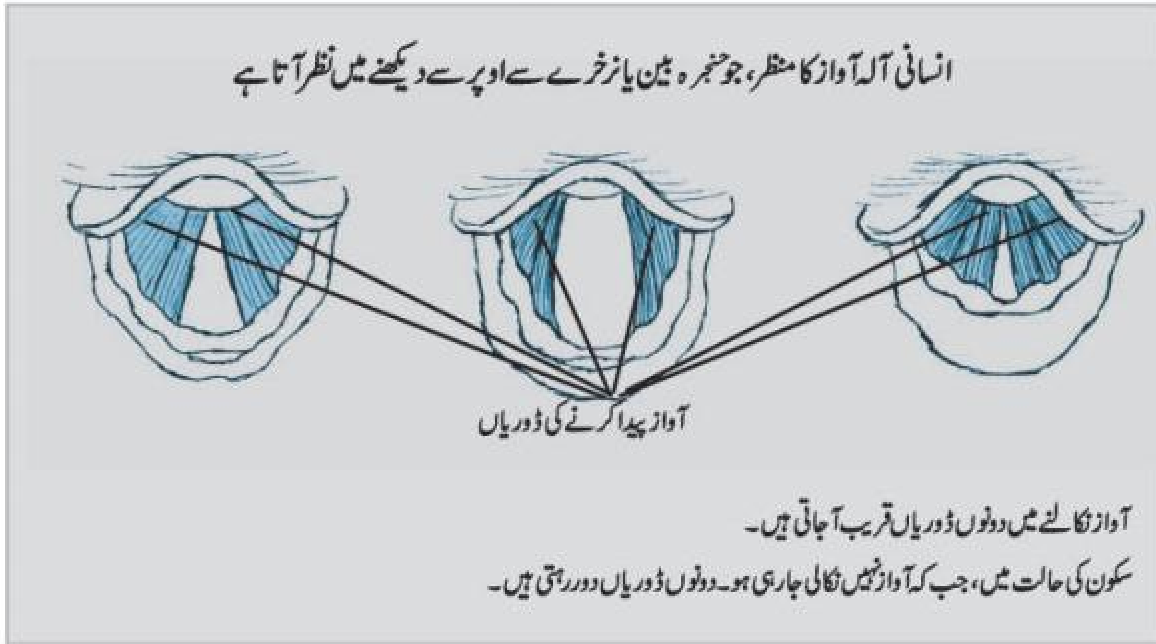
حنجرہ یا زخرہ (کنٹھ) آواز پیدا کرنے والا خاص آلہ ہے۔ یہ زبان کی جڑ کے نیچے حلق کے سامنے سانس نلی کے اوپر آتا ہے حنجرہ، نو ملائم ہڈیوں (کریوں) سے بنتا ہے۔ اس کے اوپر کے سوراخ یا منہ پر ایک ڈھکنا پان کی



شکل کا لگا رہتا ہے۔ سانس کی حرکتوں کے وقت یہ ڈھکنا سیدھا کھڑا رہتا ہے (تاکہ ہوا نرخرے کی راہ سے گزر کر سانس کی نالی میں آجا سکے) لیکن نوالہ نگلتے وقت نیچے اور پیچھے کی طرف جھک کر نرخرے کے سوراخ کو بند کر دیتا ہے تاکہ کھانے پینے کی کوئی چیز نرخرے کے اندر داخل نہ ہو سکے۔ اگر اتفاق سے کوئی چیز اس سوراخ کے پاس سے چلی جاتی ہے، مثلاً کھانا کھاتے وقت باتیں کرنے میں اچھو لگ جانے سے زور کی کھانسی اٹھتی ہے۔ نرخرے کے اندر آواز پیدا کرنے کے تار (اوتار الصوت یا احبال الصوت یعنی آواز کی ڈوریاں) ہوتے ہیں۔ دراصل یہ لچک دار ساخت کی ربڑ جیسی ڈوریاں ہیں جو سوراخِ نرخرہ کے اندر آڑی لگی ہوئی ایک پل سا بنا دیتی ہیں۔ نرخرے کے عضلات کے سکڑنے سے ان ڈوریوں کی وضع بدل سکتی اور ان کے تناؤ میں کمی بیشی ہو سکتی ہے۔ آواز کے وقت یہ ضرورت کے مطابق حرکت کر کے تن جاتی ہیں یا ڈھیلی ہو جاتی ہیں۔ آواز کی بلندی جس قدر زیادہ ہو، اسی قدر یہ ڈوریاں زیادہ تنتی ہیں۔

آواز کہاں اور کیسے پیدا ہوتی ہے

انسانی آلہ آواز کا منظر، جو حنجرہ بین یا نرخرے سے اوپر سے دیکھنے میں نظر آتا ہے



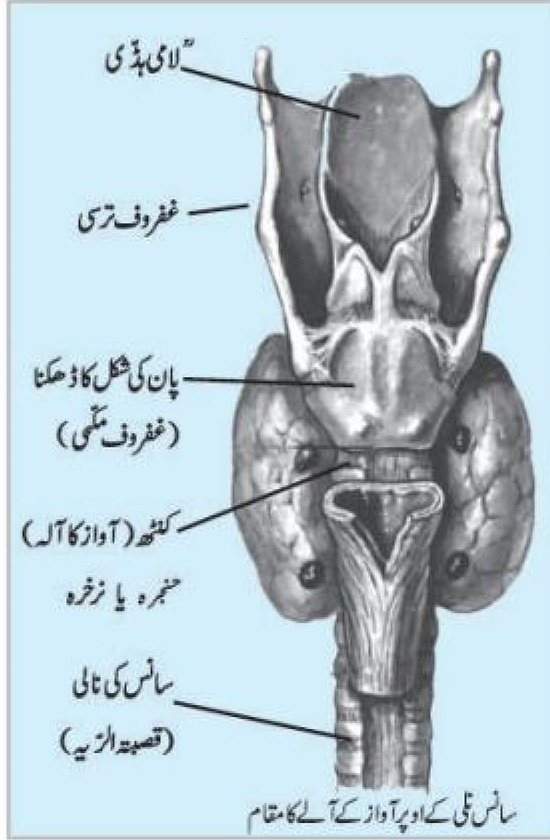
آواز نکالنے میں دونوں ڈوریاں قریب آجاتی ہیں۔

سکون کی حالت میں، جب کہ آواز نہیں نکالی جارہی ہو۔ دونوں ڈوریاں دور رہتی ہیں۔

آواز حنجرہ یعنی نرخرے میں پیدا ہوتی ہے۔ زبان، ناک اور ہونٹ وغیرہ اس آواز میں مناسب و مطلوبہ ہیر پھیر کر کے اسے حرفوں اور لفظوں میں تبدیل کر کے آواز کے بول بنا دیتے ہیں۔ بولنا اگرچہ زبان سے ہوتا ہے مگر اس کا پہلا کام نرخرے کی پتی دار (دوتار والی) اسی بانسری کا ہوتا ہے اور دوسرا کام زبان وغیرہ کا۔ الفاظ کے تلفظ کی صفائی ہونٹوں اور زبان کے توڑ مروڑ اور تالو کی خاص ترتیب سے پیدا ہوتی ہے۔

ہوا یا سانس اندر لیتے وقت یہ ڈوریاں ایک دوسری سے بالکل الگ اور دور ہو جاتی ہیں جس سے نلی کا راستہ

چوڑا ہو جاتا ہے اور جب یہ دونوں ڈوریاں قریب آ کے مل جاتی ہیں تو آواز نکلتی ہے۔ اس طرح جو آواز منہ سے نکلتی ہے وہ دراصل پہلے انھی ڈوریوں کی حرکت سے پیدا ہوتی ہے اور بالآخر زبان تالو اور ہونٹوں کی مدد سے مطلوبہ تلفظ بنتا ہے۔



سانس نلی کے اوپر آواز کے آلے کا مقام

اشاراتِ معالج

اکثر و بیشتر نزلہ وزکام کی وجہ سے اوتار الصوت متاثر اور متورم ہو جاتے ہیں۔ اس صورت حال کا علاج پوری احتیاط سے کرنا چاہیے۔ اکثر حالات میں حسب ذیل نسخہ کارآمد ہوتا ہے۔

ھوالشافی

صبح	جوشینا ایک عدد	نیم گرم پانی میں حل کر کے پیئیں
سہ پہر وشب	سعالین ۲/۲ قرص	منہ میں رکھ لیں

سعالین بلاشبہ ایک مفید ترین دوائے گلو بھی ہے۔ اس سے نزلہ وزکام کی کیفیت بھی رفع ہو جاتی ہے اور گلا صاف ہو جاتا ہے۔ اگر نزلہ زکام زیادہ ہو تو ''نزلی'' کی ایک خوراک چند دن تک استعمال کرانا مفید ثابت ہوتا ہے۔

ہماری زبان

ذائقہ یا چکھنے کا آلہ

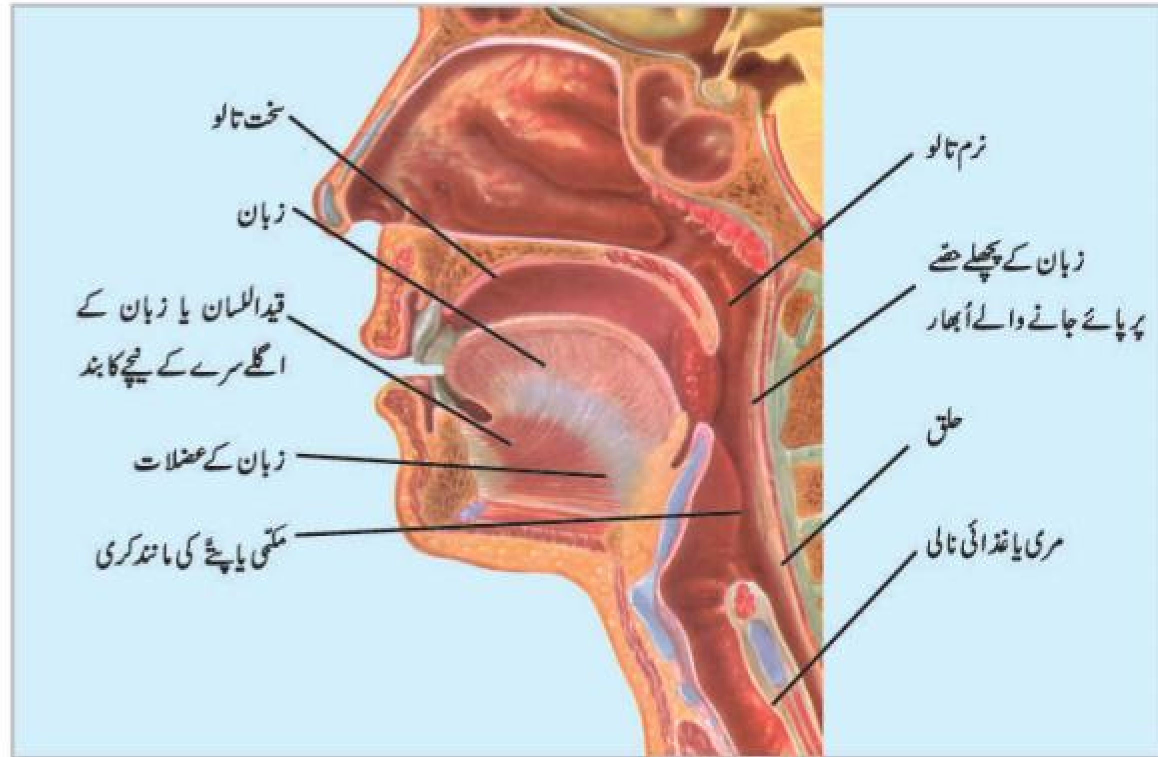
زبان ہمارے ذائقہ چکھنے کا آلہ ہے۔ وہ غذا کو چبانے، چوسنے اور نگلنے کے علاوہ ذائقہ یعنی چکھنے کا احساس پیدا کرتی ہے اور بولنے میں بھی کام آتی ہے۔ بچوں کو اپنی زبان پر قابو رکھنا چاہیے، انھیں چٹورا نہیں بنانا چاہیے اور ساتھ ہی بری باتیں زبان سے نہیں نکالنا چاہئیں۔

زبان پر ذائقے کے ابھار

زبان پر ایک جھلی چڑھی ہوئی ہے جس پر چھوٹے چھوٹے ابھار ہوتے ہیں جو مزا محسوس کرتے ہیں ان ابھاروں کی وجہ سے زبان کی سطح کھردری معلوم ہوتی ہے۔ یہ ابھار تین قسم کے ہوتے ہیں:

(ا) خندقی ابھار:

یہ آٹھ دس بڑے بڑے ابھار جن کے گرد ایک خندق یا نالی سی ہوتی ہے، زبان کے پچھلے حصے پر واقع ہوتے ہیں۔



ان ابھاروں کے اندر ذائقہ کے خلیات ہوتے ہیں جو چکھنے کا احساس پیدا کر دیتے ہیں۔ کڑوا مزا انھی ابھاروں کی وجہ سے زبان کے پچھلے حصے پر زیادہ محسوس ہوتا ہے۔

(۲) کھمبی نما ابھار:

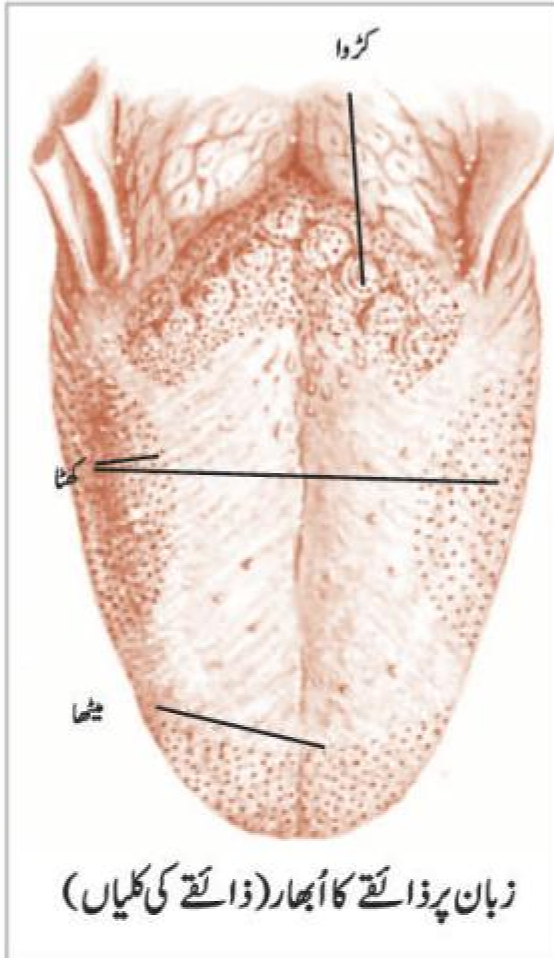
اوسط جسامت کے یہ سرخ رنگ کے ابھار زبان کی نوک اور دونوں کناروں پر زیادہ ہوتے ہیں، درمیانی حصے میں کم ہوتے ہیں۔ اسی واسطے زبان کے درمیانی حصے میں ذائقے کا احساس بہت کم ہوتا ہے۔ زبان کی نوک پر میٹھا ذائقہ اور کناروں پر کھٹا ذائقہ زیادہ محسوس ہوتا ہے۔

(۳) خیطی یعنی ڈورے نما لمبے لمبے نکیلے باریک باریک ابھار:

یہ بہت زیادہ تعداد میں زبان کی پوری سطح پر پھیلے ہوتے ہیں۔ گوشت خور جانوروں (شیر، کتے بلی وغیرہ) میں ابھار زیادہ سخت ہوتے ہیں۔ شائد یہ ذائقہ کے لیے نہیں بلکہ زیادہ تر صفائی اور چاٹنے پونچھنے کے کام میں مدد دیتے ہیں۔

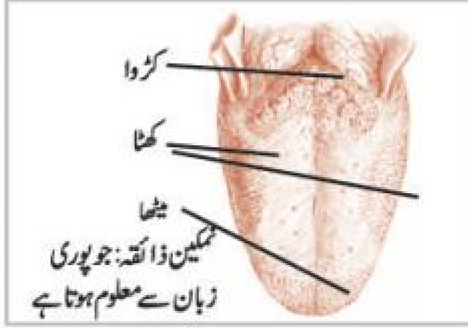
ذائقہ کیسے پیدا ہوتا ہے؟

زبان کے ان سب ابھاروں کی وجہ سے ہم مختلف لذیذ کھانوں کے ذائقے سے لذّت اندوز ہوتے ہیں اور بھانت بھانت کے مزے چکھتے اور محسوس کرتے ہیں۔ درحقیقت یہ ابھار ''ذائقے'' کی کلیاں ہیں جن کے اندر حسی اعصاب کے باریک باریک ریشے ختم ہوتے ہیں۔ جب کوئی چیز کھائی یا پی جاتی ہے تو اس کے ذرے ان کلیوں کو چھو کر حسی عصبی ریشوں میں چھیڑ پیدا کر دیتے ہیں یہ چھیڑ اعصاب کے ذریعے سے دماغ میں پہنچتی ہے اور دماغ کو ذائقے کا احساس ہوتا ہے۔ ذائقہ پیدا کرنے والی چیز گھلی ہوئی ہونی چاہیے یا وہ منہ کے لعاب کے اندر گھول لی جاتی ہے۔ بے گھلی چیز کا مزا معلوم نہیں ہوتا صرف چھونے کا احساس ہوتا ہے



زبان پر ذائقے کا اُبھار (ذائقے کی کلیاں)

ذائقوں کی قسمیں اور مقام



ذائقوں کی قسمیں اور مقام: اصلی ذائقے چار ہوتے ہیں

۱۔ میٹھا ذائقہ: جو زبان کی نوک پر زیادہ محسوس ہوتا ہے۔

۲۔ کڑوا ذائقہ: جو زبان کے پچھلے حصے پر زیادہ محسوس ہوتا ہے۔

۳۔ کھٹا ذائقہ: جو زبان کے کناروں پر خوب محسوس ہوتا ہے۔

۴۔ نمکین ذائقہ: جو پوری زبان سے معلوم ہوتا ہے

ان چاروں کے علاوہ دو اور بھی ذائقے ہوتے ہیں: ایک سیٹھا یا بکھٹا اور دوسرا چٹ پٹا یا چرچرا، مگر یہ اصل ذائقے نہیں ہوتے بلکہ دوسرے احساسات کے آپس میں مل جانے سے پیدا ہوتے ہیں۔ قوتِ ذائقہ زبان میں زیادہ ہوتی ہے لیکن نرم تالو، کوے، لوزتین (حلق کے غدود) اور حلق کے اوپری حصے میں بھی مزے کا احساس پیدا ہوتا ہے۔

احتیاطیں

زبان کس قدر اہم اور قیمتی عضو ہے اس کا اندازہ آپ کو ہو گیا ہے۔ مناسب ہے کہ زبان کی حد درجہ حفاظت کی جائے۔ اس کو اچھی باتوں کے لئے کھولا جائے۔ کھانے میں احتیاط کیجیے۔ عجلت نہ کیجئے۔ ایسا نہ ہو کہ زبان دانتوں سے کٹ جائے۔ بعض اوقات جگر کی خرابی کی وجہ سے زبان پر چھالے پڑ جاتے ہیں۔ ان پر فوراً توجہ کیجیے اور ان میں کئی بار کٹی جگہ یا چھالوں پر ''ٹانزل'' لگایئے یا اس سے کلیاں کیجئے اور اپنے قریبی معالج سے رجوع کیجئے۔

اشاراتِ معالج

منہ میں اور زبان پر چھالے اکثر و بیشتر خرابی جگر کی وجہ سے نمودار ہوا کرتے ہیں۔ ایسے حالات میں حسب ذیل نسخہ کارآمد ہوتا ہے۔

ھوالشافی

صبح وشام:	جدوار سائیدہ	مفرح شاہی میں ملا کر
	۲ سرخ	۶ گرام
شب:	وی سی ۵۰۰	ہمراہ خوباں تازہ پانی میں حل کر کے
	۱عدد	۲ چمچے

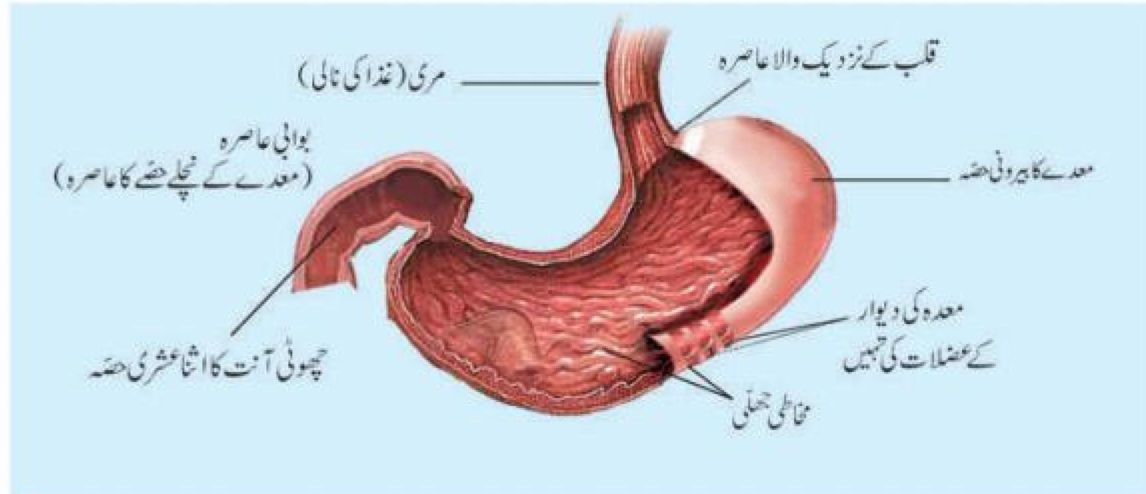
زبان اور ہونٹوں پر ''ٹانزل'' لگانا یا اسے پانی میں گھول کر دن میں کئی بار کلیاں کرنا مفید ہوتا ہے۔ اس صورتِ حال کے لیے ''دواء الحیاتین''، صبح و شب چھ چھ (۶،۶) گرام دینا بھی مفید ہوتا ہے۔

ہمارے ہاضمے کا نظام

ہمیں بھوک کیوں لگتی ہے؟ اور غذا کیوں ضروری ہے؟ ہمارے بدن ہمیشہ جلتے رہتے ہیں اور ان کو جلانے کے لئے غذا اسی طرح ضروری ہے، جس طرح کہ آگ کے لئے کوئلہ یا ایندھن ضروری ہے۔ بدن کی گرمی قائم رکھنے اور بدن کی مشین چلانے کے لئے غذا کی ضرورت ہوتی ہے، جس طرح ہمیں بھوک لگتی ہے۔ غذا ہضم اور جذب ہوکر بدن کی پرورش بھی کرتی ہے اور بدن کی بافتوں کی بڑھوتری میں مدد دیتی ہے، خاص کر چھوٹی عمر میں جب کہ بدن بڑھنے کا زمانہ ہوتا ہے۔

غذا سے بہترین فائدہ حاصل کرنے کا طریقہ

جس طرح آگ کو اچھی طرح جلتا رکھنے کے لئے کوئلہ مناسب مقدار میں اور ٹھیک وقت پر ڈالا جاتا ہے، اسی طرح بدن کی آگ قائم رکھنے کے لئے غذا بھی مناسب مقدار میں (نہ زیادہ نہ کم) اور وقفے سے موزوں اوقات میں کھانی چاہئے۔ ایک دم زیادہ کھا لینے سے آپ بیمار پڑ جاتے ہیں اور غذا بھی بے کار ضائع ہوتی ہے۔ جلدی اور بار بار بے وقت کھاتے رہنے یا رات کو زیادہ کھا لینے سے بدن کی بھٹی خراب ہو جاتی ہے اور



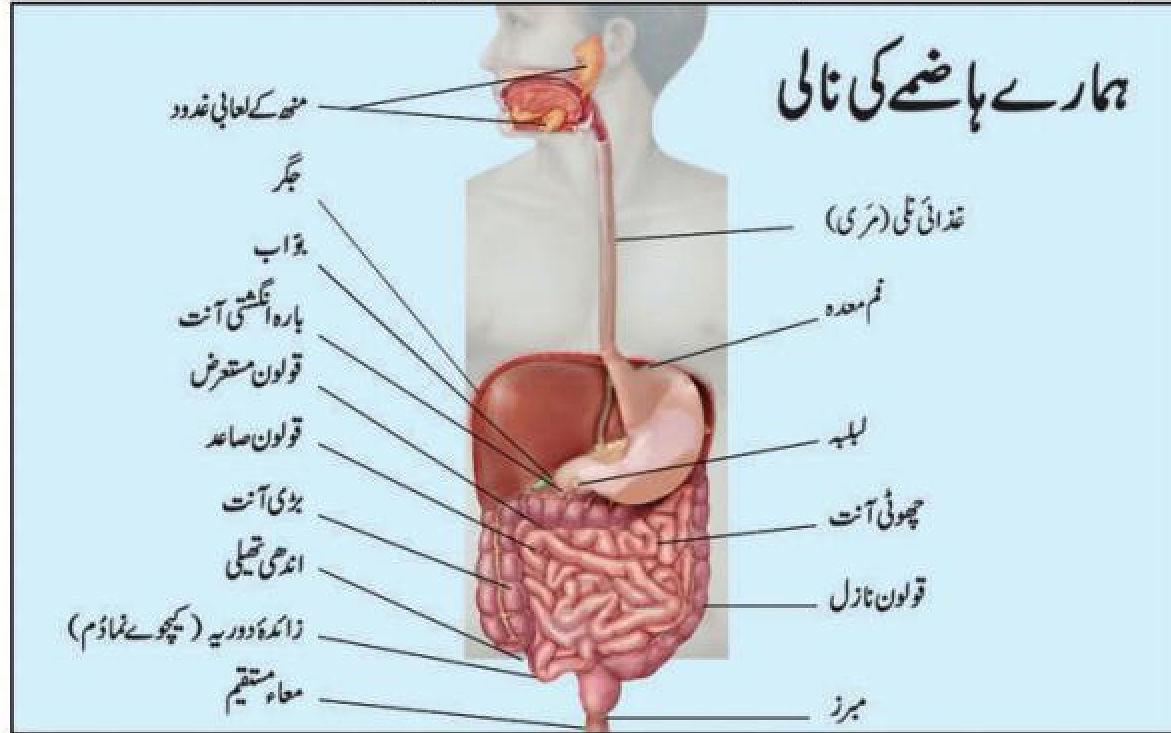
ہاضمے کی مشین بگڑ جاتی ہے زیادہ بھوکا رہنے سے بھی بدن کی آگ دھیمی اور ہاضمے کی مشین سست پڑ جاتی ہے۔ سلامتی کا طریقہ یہی ہے کہ کھانے کی مقدار میں اعتدال اور کھانے کے اوقات میں پابندی کے ساتھ مناسب وقفے رکھے جائیں۔ کھاتے وقت دانتوں سے غذا کا لقمہ خوب چبانا چاہئے تا کہ وہ منہ کے لعاب میں اچھی طرح گھل مل کر باریک، نرم اور لیس دار ہو جائے اور اس کا ذائقہ محسوس ہو۔

لعاب میں ایک خاص خمیر (Ptyalin) بھی ہوتا ہے جس کے اثر سے غذا کے نشاستہ دار اجزا ایک قسم کی شکر میں تبدیل ہو جاتے ہیں۔ (اور پھر یہ شکر پانی کے ساتھ گھل کر خون میں آسانی سے جذب ہو سکتی ہے)

غذا کے مختلف اہم اجزا

ہماری غذا میں مختلف نباتاتی وحیوانی اجزا ملے جلے ہوتے ہیں، جن میں سے خاص یہ ہیں:

ا۔ نائٹروجنی، پروٹین یا لحمی اجزا (جن میں غذائیت اور بڑھوتری کی طاقت زیادہ ہوتی ہے) مثلاً گوشت، انڈے، دالیں، پنیر وغیرہ، ۲۔ شکر اور نشاستہ دار اجزا (کاربوہائڈریٹس) شکر، میٹھے پھل، نشاستہ دار اناج (گیہوں مکئی، جوار، آلو، چقندر وغیرہ ۳۔ چربیاں (اور تیل، مثلاً چربی، گھی، بالائی وغیرہ) چکنائیاں ۴۔ نمکیات، مثلاً کھانے کا نمک، سوڈیم، پوٹاشیم، فاسفورس، لوہے یا چونے سے بنے ہوئے مختلف نمک، جن میں سے اکثر نمک ہمارے خون اور صفرا (پت) میں بھی پائے جاتے ہیں اور جو بدن کے لئے ضروری ہیں۔ ۵۔ پانی، جو تمام تازہ قدرتی غذاؤں میں ہوتا ہے اور ہمارے خون کا بھی جزو اعظم ہے۔



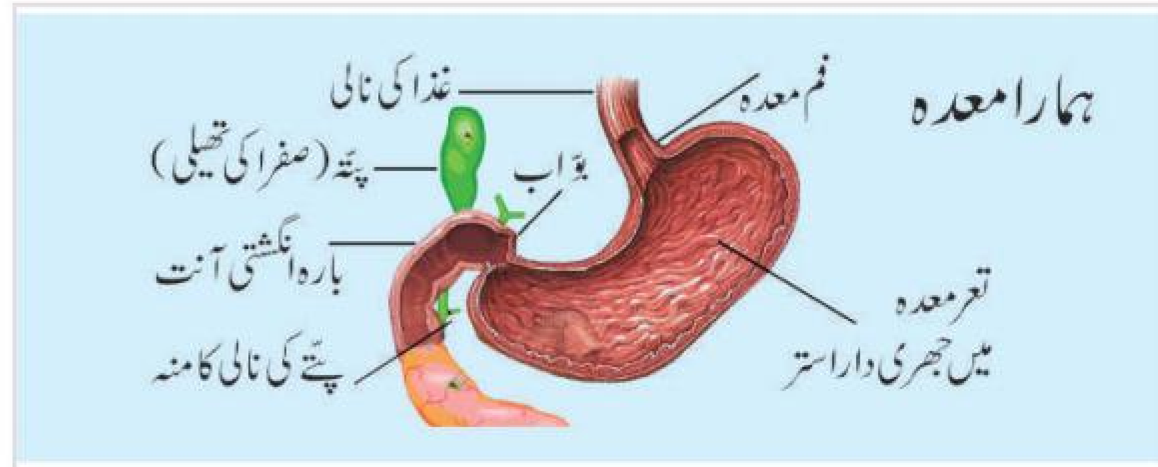
ہاضمے کی نالی

ان تمام مختلف غذائی اجزا کو ہضم وجذب کرنے کے لئے قدرت نے ہمارے بدن میں ایک تیس فٹ لمبا راستہ یا نالی رکھی ہے، جو منہ سے شروع ہوکر مبرز (پاخانہ خارج ہونے کے سوراخ) تک جا کر ختم ہوجاتی ہے (دیکھو شکل) اس راستے میں ہضم کرنے والے دوسرے خاص خاص اعضا (منہ کی تھوک کی گلٹیاں، معدہ، جگر، لبلبہ، آنتیں)، اپنی اپنی نالیوں کے ساتھ جڑے اور ملے ہوئے ہیں، جن کی مدد سے غذا کے مختلف اجزا منزل بہ منزل گھلتے، ہضم ہوتے اور ہمارے خون میں جذب ہونے کے قابل ہوکر جزو بدن بن جاتے ہیں۔ ہاضمے کے اس نظام کی ضروری تفصیل الگ الگ بیان کی جائے گی۔

ہمارا معدہ

غذا حلق سے نیچے اترنے کے بعد ہماری غذائی نالی (مری) میں سے گزر کر ایک سوراخ (فم معدہ) کی راہ سے معدے میں داخل ہوتی ہے۔ یہ غذائی نلی، جو تقریباً دس انچ لمبی ہے، گردن میں سانس کی نلی کے پیچھے سے گزر کر سینے میں سے ہوتی ہوئی کوڑی کے نیچے پیٹ کے گڑھے میں پہنچ کر معدے کے درمیانی حصے کے اوپر کھلتی ہے (دیکھو شکل)

معدے کی شکل اور مقام: معدہ ایک مشک جیسی تھیلی ہے، جو پیٹ کے اوپری حصے کے بیچ میں زیادہ تر بائیں طرف کو واقع ہے۔ اس کے دو منھ ہوتے ہیں۔ اوپر کے منہ (فم معدہ) میں غذائی نلی داخل ہوتی ہے۔ دایاں سرا، جس میں نیچے کا منہ (بواب) ہوتا ہے، مشک کے منہ کی طرح بارہ انگشتی آنت کے اندر کھلتا اور اس میں معدے کے اندر کی غذا منتقل کرتا ہے۔ دائیں جانب معدہ جگر سے کسی قدر ڈھکا ہوا ہوتا ہے۔ اس کا بایاں جوڑا اور گول سرا تلی کی طرف ہوتا ہے۔ معدے کی تھیلی کی اندرونی سطح پر جھری دار جھلی کا استر ہوتا ہے (دیکھو شکل)



جس میں چھوٹی چھوٹی گلٹیوں سے رس ٹپک ٹپک کر تھیلی کے اندر جمع ہوتا رہتا ہے۔ یہی معدی رس ہے، جو غذا کو گلاتا اور ہضم کرتا ہے۔

معدے کا کام

جب غذا معدے میں پہنچتی ہے تو معدی رس اور زیادہ ٹپکنے لگتا ہے اور معدے کی دیواریں زیادہ زور سے سکڑ سکڑ کر غذا کو خوب بلوتی ہیں، جس سے غذا گھلتی اور آش جو کی طرح نرم اور پتلی ہو کر نیچے کے منہ (بواب) کے راستے بارہ انگشتی آنت میں رفتہ رفتہ جاتی رہتی ہے۔ یہ بواب ایک قدرتی دربان ہے، جو صرف ہضم شدہ نرم اور پتلی غذا (کیموس) کو معدے سے آنتوں میں جانے دیتا ہے (سخت غذا کو جو ہضم نہ ہوئی ہو، نہیں آنے دیتا) اس طرح معدے میں غذا تین چار گھنٹے میں امکانی ہضم ہونے کے بعد معدے سے بتدریج آنتوں کے اندر خارج ہو جاتی ہے۔ سخت اور ثقیل غذا اور حد سے زیادہ مقدار میں کھائی ہوئی غذا کے ہضم ہونے میں زیادہ دیر لگتی ہے۔ اسی واسطے آپ کو چاہیئے کہ بغیر بھوک لگے بار بار نہ کھائیں اور کھاتے وقت لڑنا جھگڑنا نہیں چاہیئے۔ (کیوں کہ رنج وغم، صدمہ یا فکر سے غذا جلد ہضم نہیں ہونے پاتی)

معدی رس کی تاثیر

(۱) معدی رس کسی قدر نمکین اور ترش ہوتا ہے۔ اس میں تیزاب ہوتا ہے، جو غذا کو گلاتا اور نرم بنا دیتا ہے۔ نرم غذا پر معدی رس کے اندر کا ایک ہاضم خمیر (پیپ سین) غذا کے پروٹینی حصہ (لحمیات گوشت، انڈے، پنیر وغیرہ) پر خاص طور سے عمل کر کے اوران کو توڑ پھوڑ کر پروٹیئوز اور پیپ ٹون میں تبدیل کر دیتا ہے۔ (یہ پروٹین کی ٹوٹ پھوٹ کا آخری درجہ نہیں ہے، بلکہ ایک درمیانی معدی درجہ ہے) جب تک ترشی موجود نہ ہو پیپ سین اپنا عمل ہضم اچھی طرح نہیں کر سکتی، اس واسطے معدی رس میں تیزاب بہت ضروری ہے۔

(۲) معدی رس میں ایک دوسرا خمیر دودھ کو جمانے والا (رے نین) بھی ہوتا ہے۔ جمے ہوئے دودھ کے پروٹین پر پیپ کا عمل ہاضم بہتر ہو سکتا ہے۔

(۳) معدی رس میں ایک تیسرا خمیر چربیوں کو کسی قدر توڑنے والا (لائے پیز) بھی ہوتا ہے۔ اس کے اثر سے غذا کی چربیاں صرف چھوٹے چھوٹے ذرات میں تقسیم ہو جاتی ہیں۔ چربیوں کا پورا ہضم معدے میں نہیں ہوتا، بلکہ آگے جا کر آنتوں میں مکمل ہوتا ہے۔

(۴) غذا کے شکری اور نشاستہ دار اجزا (کاربوہائیڈریٹس) مثلاً میٹھے میوے گیہوں کا میدا، آلو، چقندر وغیرہ

ان پر معدی رس کا یہ اثر ہوتا ہے کہ شکری اجزا علاحدہ ہوجاتے ہیں، پھر شکری اجزا تو فوراً خون میں شامل ہوکر جذب ہوجاتے ہیں، مگر نشاستے دار اجزا پر معدی رس کا اثر نہیں ہوتا، بلکہ وہ منہ کے لعاب سے جو غذا کے ساتھ مل کر آتا ہے، معدے میں بھی کسی قدر ٹوٹتے رہتے ہیں، یہاں تک کہ معدے کی بڑھتی ہوئی تیزابیت لعاب کے اثر کو روکتی ہے) اب ان نشاستے دار اجزا کا ہضم آگے چل کر آنتوں میں ہوگا، کیوں کہ وہاں لبلبہ اور آنتوں کی رطوبتیں ان کو ہضم کرنے کے لئے موجود ہوں گی۔

(۵) معدی رس کی تیزابیت کا ایک نہایت اہم اور مفید اثر یہ ہوتا ہے کہ اس سے معدے کے اندر کے تمام جراثیم مرجاتے ہیں اور غذا پاک وصاف حالت میں آنتوں میں پہنچتی ہے۔

(۶) مزید براں معدے کے تیزاب کے اثر سے غذا کے اندر کے آہنی (لوہے دار)، اجزا آزاد ہوکر قابل جذب بن جاتے ہیں۔ یہ آہنی اجزا خون کے سرخ دانوں کے لئے نہایت مفید ہوتے ہیں۔

نوٹ: رقیق وسیال مواد (مثلاً، شراب وغیرہ) جو معدہ میں آکر تحلیل ہوجاتے ہیں، وہ یہاں خون کی رگوں میں راست جذب ہوکر جگر میں پہنچ جاتے ہیں۔

ہمارے ہاضمے کا نظام نہایت پیچیدہ ہے اور حد درجہ نازک بھی۔ انسانی جسم میں سب سے زیادہ خرابی اسی نظام میں آتی ہے کسی نہ کسی کو کبھی نہ کبھی خرابیٔ ہضم کی تکلیف ہوجاتی ہے اور اس کا علاج کرنا پڑتا ہے۔ ہاضمے کے نظام کے لئے متعدّد و مختلف ادویہ تیار ہوتی ہیں، مگر واقعہ یہ ہے کہ ان دواؤں کی تیاری میں بڑی احتیاط کی ضرورت ہوتی ہے۔ محض چند دوائیں جمع کرکے کوئی معجون یا قرص بنا دینا نظامِ ہضم کے ساتھ بڑی زیادتی ہے۔ ضرورت ہے کہ علاج میں احتیاط سے کام لیا جائے اور ادویہ ایسے اداروں کی بنائی ہوئی استعمال کی جائیں، جن کی پشت پر سالہا سال کا تجربہ ہو اور جو آلاتِ ہضم کی نزاکتوں سے واقف ہوں اور جن کے ہاں جدید تقاضوں کے تحت سامانِ تحقیق و ریسرچ ہو۔

زخمِ معدہ و امعاء

آج کے دور میں دردِ شکم کی اکثر و بیشتر وجہ معدے میں نیز معدہ اور آنت کے مقامِ اتصال پر زخم ہوتا ہے۔ اس صورت حال کو پوری احتیاط کے ساتھ سمجھنا چاہئے۔ ظاہر ہے کہ اس صورت حال کا علاج عام چورنوں اور ہاضم نمکیات سے نہیں ہوسکتا۔ یہ سخت مضر ثابت ہوتے ہیں۔ اس کے لئے حسب ذیل اصول علاج بے حد مفید ثابت ہوا ہے۔

ھوالشافی

صبح:	سوسی ایک عدد	نیم گرم پانی میں شربت بادیان ملا کے ۱۵ ملی لیٹر
قبل غذا: قرحین	تازہ پانی میں ایک ایک عدد	
شب:	اندمالی ایک عدد	تازہ پانی میں

اطبائے کرام اس طریق علاج کو پورے یقین و اعتماد کے ساتھ اپنے مریضوں کو استعمال کرا سکتے ہیں۔ ایسے مریضوں کو مرچیں مطلقاً استعمال نہیں کرنی چاہئیں۔

جوارش جالینوس

یہ جوارش مشہور یونانی حکیم جالینوس کے نسخے سے بنائی جاتی ہے اوراس کا خاص جز جو دوسرے اجزا کی رہبری کر کے تاثیرات کا باعث ہوتا ہے، زعفران، قسط اور مصطگی ہے، یہ جوارش معدے کی ساخت اوراس کے چاروں پرتوں کوقوت دے کرمعدے کے افعال کو درست کرتی ہے۔غدد معدہ (گیسٹرک فالز) کی بے عملی دور کر کے غذا کوہضم کرنے والی رطوبتوں میں اضافہ کرتی، بھوک بڑھاتی اور منہ کی بد بو دور کرتی ہے۔آنتوں کی حرکت دودیہ کوتیز کر کے قبض کو دور کرتی ہے۔ یورک ایسڈ اور پتھری بنانے والے دوسرے مادوں کوتحلیل کر کے گردہ ومثانہ کی رطوبت صاف کرتی ہے۔درد کمر اور بلغمی کھانسی کومفید ہے۔

ترکیب استعمال: ضرورت کے وقت اس کی ایک خوراک ذرا سے پانی کے ساتھ کھائیں۔منہ کی بد بو دور کرنے کے لئے رات کو سوتے وقت کھائیں۔

مقدار خوراک: ۶ سال سے ۱۵ سال تک عمر کے لئے ۳ سے ۴ گرام تک، ۱۵ سال سے بڑی عمر والوں کو ۹ گرام

جوارش کمونی

معدے کا درجہ حرارت بڑھا کر سردی دور کرتی ہے۔رطوبت کوسکھاتی ہے اور ہچکیوں کو روکتی ہے۔معدے کے طبقہ عضلیہ (مسکولر کوٹ) کی حرکت درست کر کے اور جوہر ہضم کو بڑھا کر ہضم کی خرابی اور بھوک کے ہوکے کو دور کرتی ہے۔آنتوں کی حرکت دودیہ کوتیز کر کے قبض کی عادت دور کرتی ہے۔معدہ اور آنتوں کے خراب موادکو نکال کر اس بخار کو رفع کرتی ہے جو معدہ اور آنتوں کی خرابی کی وجہ سے ہو۔سفید اور سیاہ زیرے کے سفوف کو موثر دواؤں میں ملا کر یہ دوا بنائی جاتی ہے۔

مقدار خوراک: ۵ سے ۱۲ سال تک عمر کے لئے ۳ سے ۵ گرام۔ بڑی عمر والوں کو ۷ گرام سے ۱۲ گرام تک دی جاسکتی ہے۔معدہ اور جگر کوتقویت دیتی ہے اور اشتہا پیدا کرتی ہے۔حرارت کوتسکین دیتی ہے۔

ترکیب استعمال: نہار منہ ایک خوراک کھالینی چاہئے ہضم کی خرابی دور کرنے کے لئے غذا کے بعد دونوں وقت کھائیں۔

جوارش انارین

معدہ اور جگر کوقوت دیتی اور اشتہا پیدا کرتی ہے۔حرارت کوتسکین دیتی ہے۔

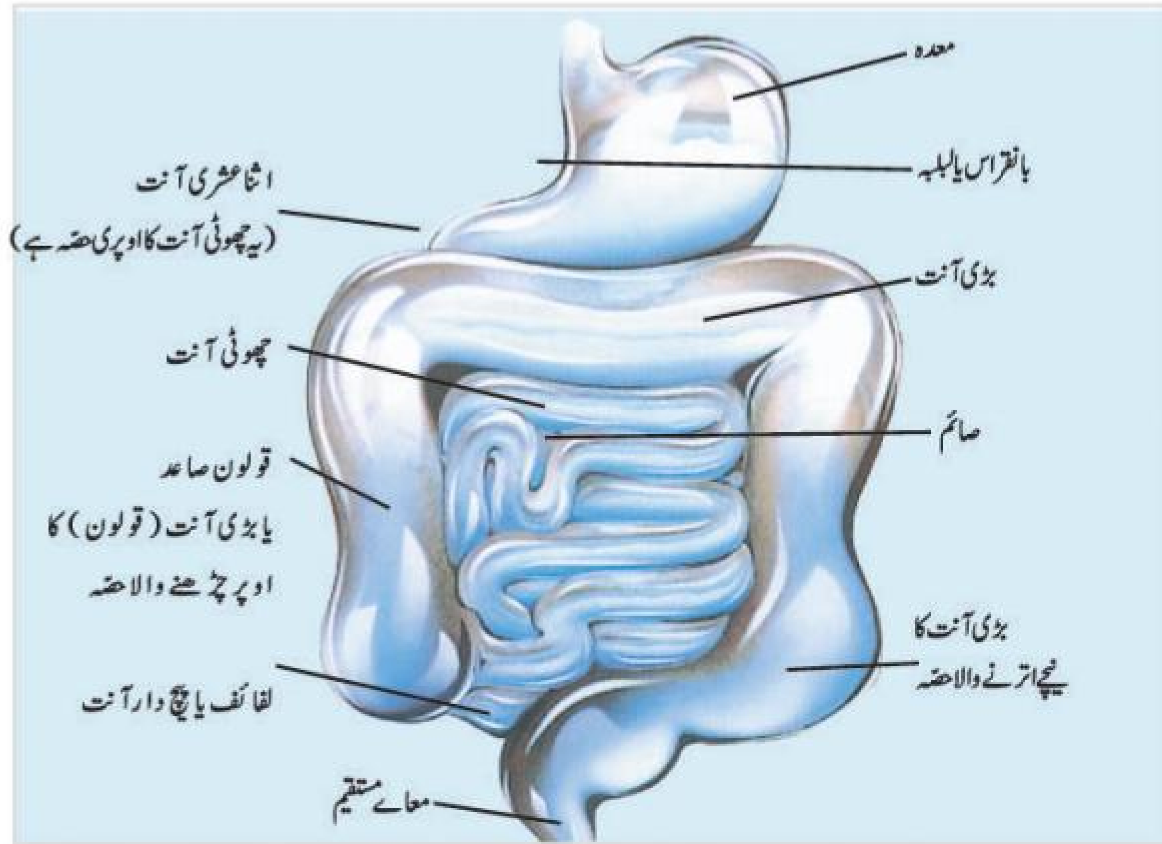
ترکیب استعمال: ۹ گرام یہ جوارش صبح یا جس وقت ضرورت ہو پانی کے ساتھ استعمال کرنی چاہئے۔

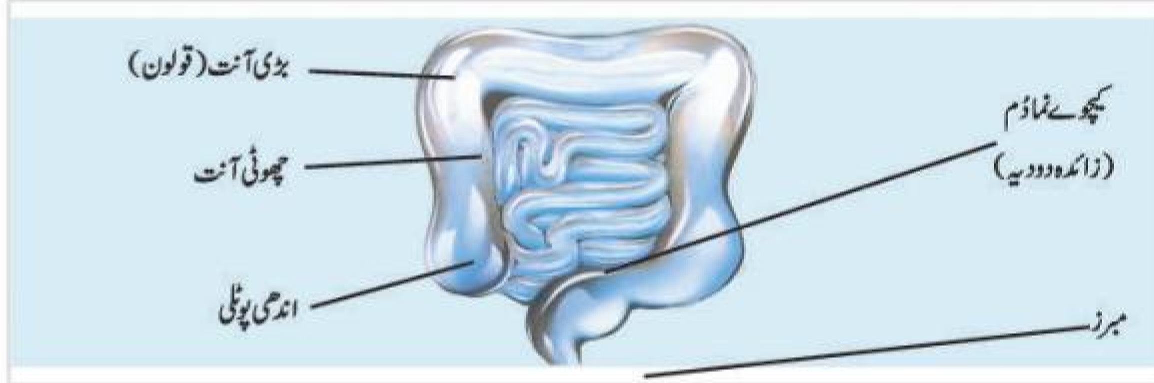
ہماری آنتیں

پہلے معلوم ہو چکا ہے کہ معدے کا نیچے کا منہ (بواب) ایک قدرتی دربان ہے۔ جو صرف ہضم شدہ نرم اور پتلی غذا (کیموس) کو معدے سے آگے آنتوں میں جانے دیتا ہے اور اُسے معدے میں واپس نہیں آنے دیتا۔ معدے سے آگے آنتیں ہوتی ہیں، جو دو قسم کی ہوتی ہیں (۱) چھوٹی آنت اور (۲) بڑی آنت یا قولون۔

چھوٹی آنت

یہ تقریباً بیس فیٹ لمبی نلی ہے، جس کے پیچ دار لچھے (ایک ربر کی ٹیوب کی طرح) پیٹ کے صندوق کے اندر لپٹے لپٹائے ہوئے رکھے رہتے ہیں۔ اس کے پہلے حصے کو جو بواب سے آگے ایک نعل کی طرح بائیں طرف مڑا ہوا ہوتا ہے، بارہ انگشتی انت کہتے ہیں۔ بارہ انگشتی (اثنائے عشری) کے ابتدائی حصے میں معدے سے آئی ہوئی نرم





پتلی اور ترش تیزابی غذا (کیموس) داخل ہوتی ہے۔ اس سے آگے کے حصے میں جگر سے آیا ہوا پیلا پت (صفرا) لبلبے سے آیا ہوا لبلبی رس یہ دونوں عموماً ایک ہی نلی کے ذریعے بارہ انگشتی آنت کے اندر داخل ہوجاتے ہیں۔ پت اور لبلبی رس دونوں کھاری (قلوری) ہوتے ہیں، اس لیئے ان کے اثر سے ترش تیزابی کیموس کھاری بن جاتا ہے۔ آنت کی دیوار اور لبلبے سے نکلے ہوئے خمیر غذا پر اپنا ہضمی عمل کھاری حالت میں ہی اچھی طرح کر سکتے ہیں، اس لئے یہ ایک مفید قدرتی انتظام ہے۔

اب پت کی کارستانی دیکھئے کہ اس کے اثر سے بارہ انگشتی آنت میں آئی ہوئی غذا کے اندر کی چکنائیاں چربیاں گھل گھلا کر شیرہ بن جاتی ہیں اور پھر کچھ عرصے بعد یہ شیرہ زیادہ لطیف بن کر خون اور لمف کی باریک رگوں میں جذب ہو کر بدن کے ان حصوں میں پہنچ جاتا ہے جن کو چربی کی ضرورت ہوتی ہے پت کے اور دوسرے اثرات جگر کے تفصیلی بیان میں کئے جائیں گے۔

لبلبی رس بھی عجیب خاصیتیں رکھتا ہے۔ اس میں تین طرح کے خمیر ہوتے ہیں:

۱) اسٹپٹیسین نام کا ایک خمیر تیل، چربیوں، چکنائیوں کو گھول کر پتلا شیرہ بناتا ہے، جو آسانی سے جذب ہوجاتا ہے۔

۲) (امائی لوب سین نام کا) دوسرا خمیر نشاستے دار اجزا کو شکر میں بدل دیتا ہے، جو آسانی سے جذب ہو کر آئندہ بدن میں جل کر توانائی پیدا کر سکے گی۔

۳) (ٹرپ سن نام کا) تیسرا خمیر نائٹروجنی پروٹینی اجزا کی مزید توڑ پھوڑ کر کے پٹھونوں کو ان کی سادہ ترین اور آخری قابل جذب شکل یعنی امینو ایسڈز میں تبدیل کر دیتا ہے۔

چھوٹی آنت کی استری جھلی میں بہت سے اونچے اونچے ابھار (خملهت VILLI) انگلیوں کی شکل جیسے ہوتے ہیں، جن میں خون کی باریک رگیں ہوتی ہیں، جو ہضم شدہ غذائی اجزا کو جذب کر لیتی ہیں۔ ان ابھاروں میں غدود یا گلٹیاں بھی ہوتی ہیں، جن میں سے آنتوں کا رس نکلتا ہے۔ یہ رس بھی غذا کو ہضم کرنے میں مدد دیتا ہے۔

بڑی آنت

(قولون) قریب پانچ فیٹ لمبی ہوتی ہے۔اس کی گولائی چھوٹی آنت سے دگنی اور موٹی ہوتی ہے،اس میں انگلی نما ابھار اور غدود نہیں ہوتے۔شروع میں ایک منہ بند پوٹلی (اندھی تھیلی) ہوتی ہے،جس کے پچھلے حصے سے ایک موٹی ۳-۶ لمبی کیچوے کی شکل کی دم سی (زائدہ دودیہ) لٹکی ہوتی ہے۔جب بڑی آنت میں غذا پہنچتی ہے تو اس کے غذائی اجزا قریب قریب سب پہلے سے نکلے ہوئے ہوتے ہیں (اور یہ چھوٹی آنت میں جذب ہو چکے ہوتے ہیں) اور خالی فضلہ باقی رہ جاتا ہے، جو بالآخر مبرز میں پہنچ کر پاخانے کی شکل میں خارج ہو جاتا ہے۔(دیکھو شکل)

اشاراتِ معالج

فی زمانہ آنتوں کی خراش اور ان کے ضعف کی تکلیفیں زیادہ ہوتی ہیں۔اس سلسلے میں بعض معالجات درج ذیل ہیں۔

ھوالشافی

صبح: مالتی بسنت اور انوشدارو سادہ تازہ پانی میں دیا جائے
ایک عدد ۶ گرام

سہ پہر: اندمالی
ایک عدد

یہ نسخہ آنتوں کے ضعف اور ان میں خراش کے لئے مفید ہے۔اسہال کی صورت میں انوشدارو سادہ کی جگہ معجون سنگ دانہ مرغ دینا مفید ہے۔

اطریفل زمانی

آنتوں میں جب ردی مادے اور فضلات جمع ہو جاتے ہیں تو طرح طرح کی تکلیفیں ہونے لگتی ہیں۔ یہ اطریفل ان ناقص مادوں کو خارج کر دیتا ہے اور انہیں خون میں جذب ہونے سے روکتا ہے۔ اطریفل زمانی دائمی نزلہ، دردسر اور مالیخولیا میں مفید ہے۔ سقمونیا اور ہڑیں اس کا جزو اعظم ہیں۔ یہ آنتوں کی طبعی حرکات کو متوازن کر دیتا ہے اور قبض کی شکایت رفع ہو جاتی ہے۔

ترکیب استعمال: ۸ سال سے ۱۵ سال تک ۳ سے ۶ گرام اور بڑی عمر والے ۱۲ گرام تک رات کو نیم گرم پانی سے استعمال کریں (۱۰۰ گرام کا پیکنگ)

اطریفل ملین

ریوند اور تربد کو دوسری مفید دواؤں میں ملا کر یہ مرکب تیار کیا گیا ہے۔ اس کا اثر براہ راست آنتوں کی حرکت دودیہ (پیراسٹالٹک موشن) پر ہوتا ہے۔ نئے اور پرانے قبض کو دور کرتا ہے۔ آنتوں کے خراب مواد کو نکال کر پیٹ اور آنتوں کے درد کو رفع کرتا ہے۔ اس کا باقاعدہ استعمال آنتوں کی گندی رطوبتوں کو دوران خون میں ملنے نہیں دیتا۔ دماغی بیماریوں اور پرانے دردسر کو دور کرتا ہے۔

ترکیب استعمال: رات کو سوتے وقت ایک خوراک کھا کر اوپر سے ذرا سا کنکنا پانی پی لیں۔ مقدار خوراک۔ ۸ سال سے ۱۵ سال تک کے لئے ۳ گرام سے ۶ گرام تک۔ بڑی عمر والوں کے لئے ۹ گرام سے ۱۲ گرام تک۔

پیچ شدید سے شدید پیچش کا علاج

''پیچ'' اسہال اور پیچش کی یقینی زود اثر دوا ہے۔ قولون (بڑی آنت) معاء مستقیم (آخری آنت) کے ورم کو دور کرتی ہے اور ان کی اندرونی سطح پر جو زخم آجاتے ہیں، ان کو بڑی خوبی سے بھر دیتی ہے پیچش اور دستوں میں آنتوں کی حرکت بڑھ جاتی ہے۔ پیچ کے ننھے ننھے قرص اس حرکت کو اعتدال پر لے آتے ہیں اور پیچش کی تکلیف جاتی رہتی ہے اور دست بھی رک جاتے ہیں۔ جدید محققین نے شدید یعنی عصائی پیچش کو خاص جراثیم کا سبب قرار دیا ہے، جن کو ''شی کا زبیسی لائی'' کہتے ہیں۔ پیچ ان جراثیم کو ہلاک کر دیتی ہے۔ بلغمی اور صفراوی پیچش میں بھی یہ دوا کارآمد ہے۔ ہر گھر میں رہنے کی چیز ہے۔

ترکیب استعمال: صبح تازہ پانی کے ساتھ ایک قرص نگل لیا جائے۔ شدید حالت میں شام کو چار بجے یا رات کو سوتے وقت بھی ایک قرص کھا لینا چاہیے۔ بچوں کو ان کی عمر کے مطابق نصف یا چوتھائی قرص دیا جاتا ہے۔ مفصل ہدایات دوا کی شیشی کے ساتھ ملاحظہ فرمائیے۔ (۲۰ قرص کی پیکنگ)

سفوف نمک سلیمانی

مختلف نمکیات اور سیاہ مرچ وغیرہ سے بنایا جاتا ہے۔ معدے کو طاقت دے کر اس کے طبقہ عضلیہ کی حرکات درست کرتا ہے۔ غدہ بلغمیہ کو قوت دے کر اور جوہر ہاضم کو بڑھا کر کھانا ہضم کرتا ہے۔ جگر کے افعال درست کر کے عمدہ خون بنانے میں مدد دیتا ہے۔

ترکیب استعمال: کھانا کھانے کے بعد یا سوتے وقت پانی کے ساتھ کھائیں۔ نفخ اور پیٹ کے درد کے لئے ایک کاسر ریاح کی حیثیت سے ضرورت کے وقت استعمال نہایت زود اثر ہے۔ ترش، بادی اور ثقیل چیزوں سے پرہیز ضروری ہے۔

خوراک: ۲ سال سے ۶ سال تک ۲۵۰ ملی گرام ۱۲ سال تک ۵۰۰ ملی گرام۔ بڑی عمر والوں کو ۷۵۰ ملی گرام۔

پچنول

معدے کی بیماریوں، بدہضمی، تیزابیت، متلی اور نفخ کا بہترین علاج ہے۔ معدے کی بیماریوں کو دور کرنے کی قابل اعتماد دوا ہے۔ یہ پورے نظام کو درست کر کے ان تکالیف کو مستقل طور پر ختم کر دیتی ہے۔ اس کے استعمال سے کھانا خوب ہضم ہوتا ہے۔ پیٹ کا بھاری پن دور ہو جاتا ہے اور معدہ، آنتیں اور جگر اپنا کام صحیح کرتے ہیں۔

نئی کارمینا

نیو (نئی) کارمینا معمل ہائے ہمدرد مخصوص ادویہ ہمدرد کو مزید موثر اور مفید بنانے کے لئے مصروف عمل رہتا ہے۔ چنانچہ ''کارمینا'' میں شامل جڑی بوٹیوں اور قدرتی نمکیات پر مزید تحقیق اور اضافے کے بعد اس کو اب مفید تر اور موثر ترین بنایا گیا ہے اور اب نیو (نئی) کارمینا کے یہ قرص نئی پیکنگ اور نئے انداز میں پیش کئے گئے ہیں۔ اب اس کو نظام ہضم کی جملہ خرابیوں کو دور کرنے میں ایک ایسی یقینی دوا بنا دیا گیا ہے کہ ہر موسم ہر آب وہوا ہر مزاج اور ہر عمر کے مریضوں کے لئے پہلے سے زیادہ متوازن اور مفید تر ہو گئی ہے۔

نیو (نئی) کارمینا کے قرص تیزابیت، سینے کی جلن، نفخ شکم، بدہضمی، بھوک کی کمی اور قبض کی شکایات کو دور کر کے معدہ پر خوش گوار اثر ڈالتے ہیں۔ رطوبات ہاضم کی تراوش کو طبعی بناتے ہیں۔ کاسر ریاح ہیں۔ جگر کی سستی کو دور کر کے ہضم کی تمام خرابیوں کی اصلاح کر دیتے ہیں قبض رفع کرتے ہیں، جگر کی جملہ خرابیاں ان اقراص سے دور ہو جاتی ہیں اور خون صالح کی پیداوار میں اضافہ ہو جاتا ہے۔ اب نیو (نئی) کارمینا پہلے سے زیادہ قابل اعتماد قرص کی صورت میں پیش کی جا رہی ہیں۔ پودینے کے جوہر اور دیگر مفید اجزا کی شمولیت نے نئی کارمینا کو زیادہ قوی اور زود اثر بنا دیا ہے۔

''نئی کارمینا'' ہر موسم، ہر آب وہوا اور ہر مزاج میں بلاخطر استعمال کی جاسکتی ہے۔ ''نئی کارمینا'' بڑے بچے اور عورت مرد سب استعمال کر سکتے ہیں۔ حاملہ خواتین بھی ہضم کی خرابیوں کے لئے استعمال کر سکتی ہیں۔ بچوں کی خوراک نصف سے ایک اور بڑوں کے لئے دو سے تین ٹکیاں۔

کیسری

ہاضم، مسکن، کاسر ریاح، پیٹ کی جلن اور نفخ کو دور کرتی ہے۔ غذا کے ہضم میں مدد دیتی ہے۔ ریاح اور گیس میں بہت مفید ہے۔

ترکیب استعمال: دو پہر کے کھانے سے پیشتر اور ایک خوراک رات کے کھانے سے پیشتر قدرے پانی کے ساتھ پھانک لینی چاہئے۔ غذا میں ہلکی زود ہضم چیزیں استعمال کی جائیں چکنائی کا استعمال ممکن حد تک کم کیا جائے۔

نمک جالینوس

معدہ اور آنتوں کو قوت دیتا ہے اور ان کو ردی مواد سے پاک وصاف رکھتا ہے۔ بدہضمی اور دائمی قبض کو رفع کر کے غذا کو صحیح طور پر ہضم کرنے کی صلاحیت بخشتا ہے۔
خون صالح پیدا کر کے چہرے کو خوش رنگ بناتا ہے۔

قرحین

زخمِ معدہ (پیپٹک السر) اور
زخمِ اثنا عشری (ڈوڈنل السر) کو
مندمل کرتی اور دافعِ درد ہے۔

ذہنی دباؤ، تفکرات، ناموزوں غذا، کھانے پینے کے اوقات اور عادات میں تبدیلی اکثر اوقات السر جیسی تکلیف دہ بیماری کا سبب بن جاتی ہے۔

اس مرض کے ازالے کے لیے اصل السوس اور دیگر نباتی اجزاء پر مشتمل "قرحین" معدے کی تیزابیت کو کم کرکے زخم کو بڑھنے سے روکتی اور اسے مندمل کرکے السر کی تکلیف سے شفا دیتی ہے۔

طریقۂ استعمال: زخمِ معدہ اور زخمِ اثنا عشری کے لیے ایک خوراک صبح نہار منہ اور ایک ایک خوراک ہر کھانے سے ۱۰ منٹ قبل اور ایک خوراک رات کو سوتے وقت تین ماہ تک استعمال کریں۔

مرچ مسالے دار غذا سے پرہیز کریں۔ صرف اُبلی ہوئی غذا، پھل اور سبزیاں استعمال کریں۔

Qarahine

An effective pure herbal medication for peptic and gastric ulcer. It is the result of continued research in herbs by Hamdard

ہمدرد

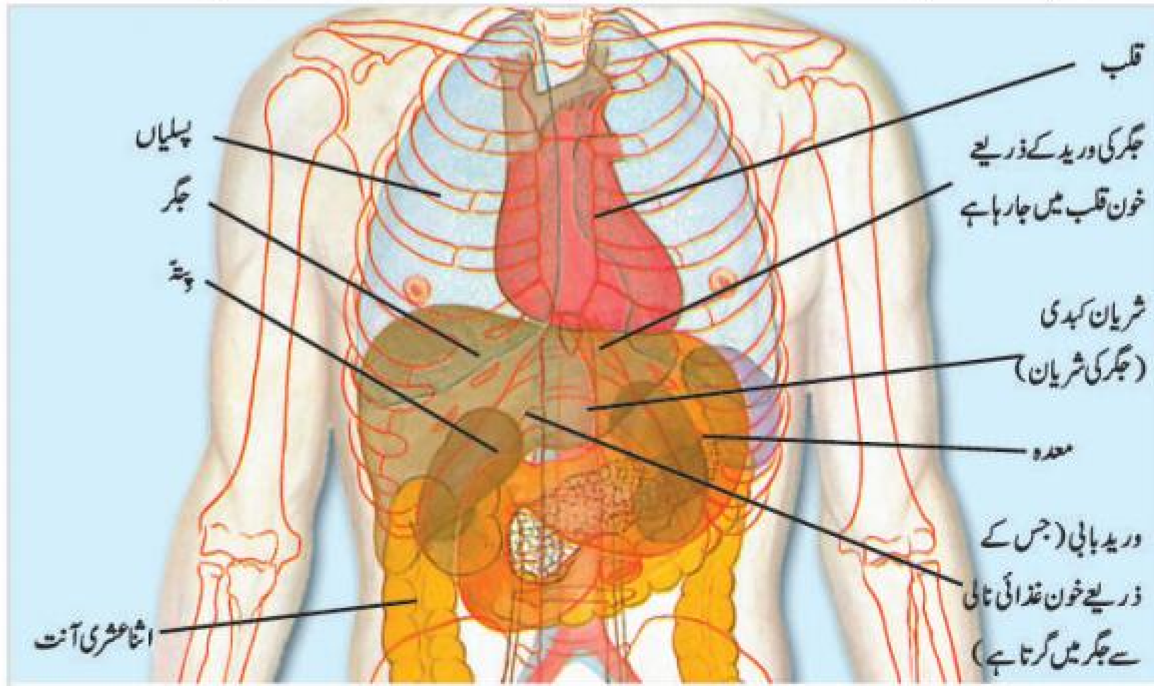
مدینۃ الحکمۃ تعلیم، سائنس اور ثقافت کا عالمی منصوبہ۔
آپ ہمدرد دوست ہیں۔ اعتماد کے ساتھ مصنوعاتِ ہمدرد خریدتے ہیں۔ جائز منافع بین الاقوامی شہرِ علم و حکمت کی تعمیر میں لگ رہا ہے۔ اس کی تعمیر میں آپ بھی شریک ہیں۔

ہمدرد کے متعلق مزید معلومات کے لیے ویب سائٹ ملاحظہ کیجیے:
www.hamdard.com.pk

دواء المسک معتدل سادہ

جگر ہمارے بدن میں سب سے بڑا غدود ہے، جس کا وزن ڈیڑھ دو سیر ہوتا ہے۔ یہ پیٹ کے دائیں طرف پسلیوں کے نیچے، معدے کے اوپر ہوتا ہے۔ اس کے دو لوتھڑے ہوتے ہیں۔ دایاں لوتھڑا بڑا اور بایاں لوتھڑا چھوٹا ہوتا ہے، جس کا کچھ حصہ بائیں پسلیوں کے نیچے تک آجاتا ہے۔ جگر کی اوپری سطح گول اور نیچے کی سطح پر پانچ شگاف ہوتے ہیں، جو جگر کو پانچ چھوٹے لوتھڑوں میں تقسیم کردیتے ہیں۔ ان میں سے ایک شگاف کے اندر پتہ (مرارہ) یعنی پت کی تھیلی رہتی ہے۔ جگر سے پت (صفرا) پیدا ہو کر اسی تھیلی میں جمع ہوتا رہتا ہے اور پھر ایک نالی کے ذریعے لبلبے کے رس کے ساتھ بارہ انگشتی آنت میں پہنچ کر وہاں غذا کو ہضم کرنے میں کارآمد ہوتا ہے۔ جوان آدمی کا جگر دن رات میں آدھ سیر سے لے کر سوا سیر تک پت پیدا کرتا ہے۔ یہ پت ہمیشہ بنتا رہتا ہے نہ کہ لعاب دہن یا معدے اور لبلبے کے رس کی طرح، جن کا ٹپکاؤ زیادہ تر کھانا کھانے کے وقت ہوتا ہے)

جگر کے کام (ا) جگر کا ایک بڑا کام پت پیدا کرنا ہے۔ بھوک کے وقت پت جگر سے نکل کر پتے میں جمع ہوتا ہے اور پھر ہضم کے وقت وہاں سے نکل کر آنت میں آجاتا ہے اور آنتوں کے کام میں مدد دیتا ہے۔



یہ امینوایسڈ خون کے ذریعے جگر میں پہنچتے ہیں تو جگر ان کو خون سے علاحدہ نکال کر یوریا میں تبدیل کرتا ہے، جو گردوں کی راہ پیشاب کے ساتھ بدن سے خارج ہوتا رہتا ہے۔ دراصل جگر ہمارے بدن کی ایک کیمیائی بھٹی ہے، جس کے اندر بدن کا ہر قسم کا کچرا کوڑا (زندہ یا مردہ، مثلاً خون کے ناکارہ سرخ ذرات، غذا اور بافتوں کے فضلات وغیرہ) خون کی راہ سے پہنچا کر تباہ و برباد کر دیا جاتا ہے۔ پھر خوبی یہ ہے کہ تباہ و برباد کرنے کے اس عمل میں جگر حرارت بدن کو قائم رکھنے کا ایک مفید کام انجام دیتا ہے۔ یہ گویا ''بہ یک کرشمہ دوکار'' کی مثال ہے۔

تباہ و برباد کرنے کے اس عمل میں بھی جگر اس ہوشیاری کے ساتھ کام کرتا ہے کہ بے کار چیزوں کو تو چن چن کر تباہ کرتا ہے، مگر مفید اجزا کو الگ کر کے اپنے اندر محفوظ کر لیتا ہے۔ جگر خون کے ناکارہ سرخ ذرات کو تو تباہ کرتا ہے، مگر ان کے اندر کے لوہے اور پت کے اندر لوہے کو چن کر اپنی ساخت کے خلیوں کے اندر محفوظ کر لیتا ہے اور پھر ضرورت کے وقت اس محفوظ لوہے کو خون کے اندر شامل کرتا رہتا ہے۔ یہ لوہا خون کی راہ سے ہڈیوں کے سرخ گودے میں پہنچتا ہے، جہاں خون کے نئے سرخ دانے بنتے ہیں۔ اس طرح جگر نیا خون بنانے میں اپنا حصہ ادا کرتا ہے۔ بچے کی پیدائش سے پہلے بھی جنین میں جگر، خون کے سرخ اور سفید ذرات بنانے کا ایک اہم کارخانہ ہوتا ہے۔

بعض جانوروں اور بعض انسانوں میں جگر اپنے اندر چربی بھی محفوظ کر لیتا ہے اور یہ چربی انہیں موسم سرما میں یا جانوروں کی سرما خوابی (HIBERNATION) کے زمانے میں کارآمد ہوتا ہے۔

ماہر سائنس دانوں کو اس کا بھی کچھ ثبوت ملا ہے کہ جگر ایک خاص ''باطنی افراز'' اندرونی رطوبت جو کسی نالی کے ذریعے خارج نہیں ہوتی، بلکہ جگر کی ساخت میں بن کر راست دوران خون میں جذب ہو جاتی ہے) پیدا کرتا ہے۔ یہ باطنی افراز بدن کے اندر خبیث رسولیاں (سرطان وغیرہ) نہیں بننے دیتا۔

جگر غذائی زہروں کو چھاننے کی ایک بڑی چھلنی (آلہ تقطیر یا مقطار) ہے۔ غذائی خطے اور آنتوں کا تمام خون پہلے جگر میں سے ہو کر بدن کے باقی حصّوں کو جاتا ہے۔ آنتوں وغیرہ میں بہت سے نامناسب اور مضر مادے، جو خون میں داخل ہو جاتے ہیں، جب یہ خون کے ساتھ جگر میں پہنچتے ہیں تو جگر ان تمام فاسد اجزا کو چن لیتا ہے اور پت کے ساتھ خارج کر دیتا ہے۔ پھر اس طرح صاف شدہ خون جگر سے نکل کر بدن کے باقی ماندہ حصوں (دماغ وغیرہ) کو پہنچتا ہے اس طرح جگر الکحل شراب کو بالخصوص چن کر پت کے ساتھ آنتوں میں واپس بھیج دیتا ہے اور جسم و دماغ کو الکحل کے مضر اثرات سے محفوظ رکھتا ہے۔ شراب جیسے زہر کے اثر سے باقی جسم کو بچانے

میں بے چارہ جگر خود گا ہے شراب کے زہریلے اثر کا شکار ہو جاتا ہے اور اس میں بیماری پیدا ہو جاتی ہے۔

اوپر کے بیان سے ظاہر ہوگا کہ جگر ہمارے بدن کا ایک نہایت اہم اور مفید عضو ہے۔ وہ پت پیدا کر کے ہاضمے میں مدد دیتا ہے، زہروں اور فضلات کو چھاننے، جلانے اور حرارت پیدا کرنے کی ایک قدرتی چھلنی اور ایک عمدہ بھٹی ہے اور کار آمد چیزوں کو محفوظ رکھنے کا ایک بڑا گودام ہے، جس میں حیوانی نشاستہ (گلائیکوجن) لوہا اور چربی جیسی مفید چیزوں کا ذخیرہ جمع ہوتا ہے، جو بدن کی مختلف ضرورتوں کے وقت ہمارے کام آتا ہے۔

پاکستان میں نیز باہر ممالک میں یرقان ایک خطرناک مرض کی حیثیت سے جانا جاتا ہے۔ اس پر ہمدرد میں جو تحقیقات ہوئی ہیں ان کی روشنی میں ''اکٹرین'' کو یرقان کی ایک بہترین دوا کی حیثیت سے تسلیم کیا جا چکا ہے۔

دواء المسک معتدل سادہ

دل کے افعال کواور اس کی حرکات کو باقاعدہ کرتی ہے۔ خفقان (پیلپی ٹیشن) اور مالیخولیا میں مفید ہے اس میں مشک شامل ہے جس نے اسے موثر، سریع الاثر اور محرک (ڈفیوزیبل اسٹیمولنٹ) بنادیا ہے۔ اس تاثیر کی بنا پر ضعف اور غشی میں بہت فائدہ دیتی ہے۔ جگر اور معدہ کی کمزوری کو دور کرتی ہے۔ بھوک لگاتی ہے ایسے مریض جن کے منہ کا ذائقہ خراب رہتا ہو اور زبان پر تہہ جمی رہتی ہو ان کے لیے مفید ہے

ترکیب استعمال: عرق گاؤزبان ۱۵۰ ملی لیٹر۔ عرق بادیان ۱۵۰ ملی لیٹر کے ہمراہ کھائیں۔ دودھ کیساتھ بھی کھا سکتے ہیں یا پھل کے رس کے ساتھ۔ مقدار خوراک۔ ایک سے ۶ سال عمر والوں کے لیے ایک گرام سے ۲ گرام تک ۶ سے ۱۲ سال تک ۲ سے ۳ گرام تک۔ بڑی عمر والوں کو ۳ سے ۶ گرام تک۔

حب کبد نوشادری

نوشادران گولیوں کا خاص جز ہے۔ یہ جگر کی بیماریوں میں نہایت مفید ہے جگر کے افعال کو درست کر کے غذا کے ناقص مواد کو جو باب الکبد (پورٹیل وین) سے خون میں مل کر معدہ اور آنتوں میں آتے ہیں، خارج کرنے میں مدد دیتی ہے نیز حیوانی مواد کو ہضم کرنے میں مدد دیتی ہے اجزائے لحمیہ کا فضلہ (یوریا) بنانے میں مدد دیتی ہے۔ آنتوں میں صفرا گرانے کے عمل کو درست کرتی ہے، قبض کو دور کرتی ہے، نہایت عمدہ محرک جگر اور کاسر ریاح ہے۔ بھوک لگاتی ہے۔

ترکیب استعمال: دونوں وقت کھانا کھانے کے بعد پانی کے ساتھ کھائیں۔

مقدار خوراک: ۶ سال کی عمر سے ۱۰ سال تک آدھی سے ایک گولی تک اس سے بڑی عمر والوں کو ایک گولی سے دو گولی تک

شربت فولاد

ہمارے خون میں منجملہ اور اجزا کے فولاد بھی ایک خاص مقدار میں پایا جاتا ہے۔ بعض بیماریوں کے بعد یا جگر کے مرض میں فولاد ہمارے خون میں بہت کم ہو جاتا ہے۔ ضرورت ہوتی ہے کہ اس کمی کو فوراً پورا کیا جائے، تاکہ خون کا کیمیائی توازن برقرار رہے اور صحت بگڑنے نہ پائے۔ جب آپ یہ دیکھیں کہ صحت دن بہ دن بگڑتی جارہی ہے اور بھوک بند ہوگئی ہے اور زبان خراب رہتی ہے، ذائقہ بدل گیا ہے تو ایسے موقعوں پر ہمیشہ شربت فولاد استعمال کیجئے۔ ہمدرد کا شربت فولاد ایسے اجزا سے مرکب ہے جو جگر اور معدے کو قوت دیتے ہیں۔ فولاد خون میں شریک ہو جاتا ہے اور جلد صحت درست کر دیتا ہے۔ خون کی کمی کے مریض اسے بڑے اطمینان سے استعمال کریں۔ ان کا چہرہ اس کے مفید ہونے کی جلد گواہی دے گا

دولابی

ذیابیطس شکری کے لیئے: ہمارے شکم میں ایک عضو بانقراس ہے، جسے عرف عام میں لبلبہ کہا جاتا ہے۔تحقیقات سے ثابت ہوا ہے کہ لبلبے کے ایک حصے سے ایک خاص رطوبت مترشح ہوتی ہے، جسے انسولین کہا جاتا ہے۔یہ رطوبت خون میں جذب ہوکر شکر کا توازن برقرار رکھتی ہے۔اگر کسی وجہ سے یہ رطوبت خون میں نہ ملے تو شکر کی مقدار بڑھ جاتی ہے اور بالآخر شکر پیشاب کے ساتھ نکلنے لگتی ہے''دولابی''ایسی حالتوں میں مفید اثر نمایاں طور پر دکھاتی ہے۔یہ لبلبے کے اس حصے کو از سر نو طاقت دیتی ہے،جس کے خراب ہو جانے سے انسولین بننی بند ہو جاتی ہے۔اس لئے یہ اصولی دوا ہے۔معالجین اس پر بھروسہ کرتے ہیں اور اپنے مریضوں پر استعمال کرتے ہیں۔اگر آپ کو یہ مرض ہے تو آج ہی سے دولابی استعمال کیجیے۔

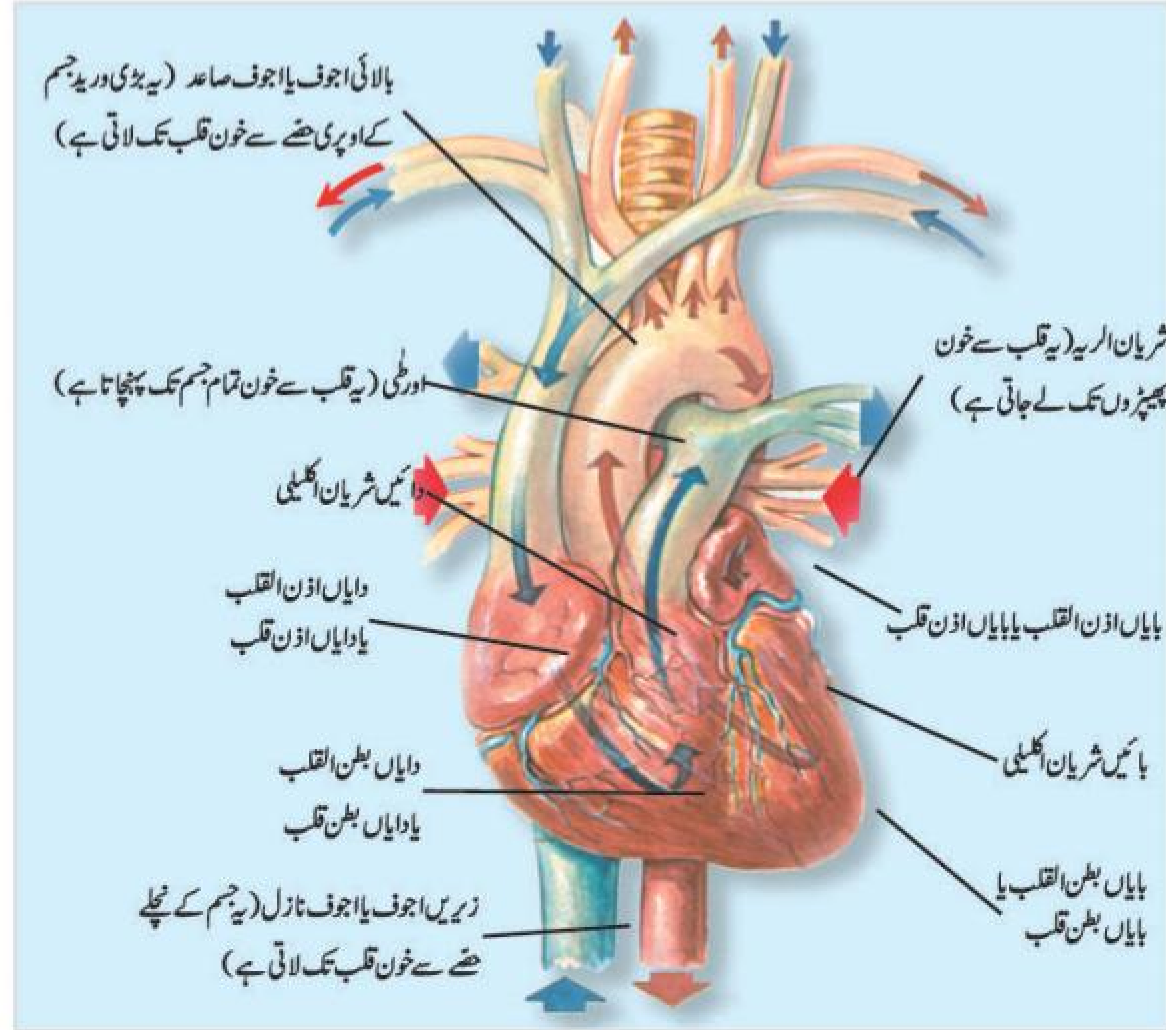
نبض کی رفتار کی شرح

عمر	رفتار		نبض فی منٹ
رحم میں	۱۴۰	سے	۱۵۰
نوزائیدہ بچے میں	۱۳۰	سے	۱۴۰
پہلے سال میں	۱۱۵	سے	۱۳۰
دوسرے سال میں	۱۰۰	سے	۱۱۵
تیسرے سال میں	۹۵	سے	۱۱۰
ساتویں سال سے چودھویں سال تک	۹۰	سے	۸۰
چودھویں سال سے اکیسویں سال تک	۸۵	سے	۷۰
اکیسویں سال سے ۶۰ سال تک	۷۵	سے	۷۹
اس کے بعد بڑھاپے میں	۷۵	سے	۸۰

دل کی شکل اور جگہ

دل کی شکل اور جگہ

ہمارا دل بھی قدرت کا ایک عجیب کرشمہ ہے۔ دیکھنے میں ایک مٹھی کے برابر گوشت کا لوتھڑا مگر کام کا ایسا پکا کہ ایک منٹ میں ستر بار سکڑتا پھیلتا رہتا ہے عمر بھر حرکت کرتا رہتا ہے۔ دل اپنے دہرے جھلی والے غلاف کے اندر سینے میں دونوں پھیپھڑوں کے درمیان بائیں طرف جھکا ہوا ہوتا ہے۔ اس کی شکل مخروطی (اہرام نما) ہے جس کا چوڑا حصہ اوپر نسبتاً دائیں طرف اور زاویہ نیچے بائیں طرف جھکا ہوا ہوتا ہے۔



دل کے دو حصے اور چار خانے

دل کے دو حصے ہوتے ہیں ایک دایاں، دوسرا بایاں۔ یہ دونوں حصے ایک دوسرے سے براہ راست تعلق نہیں رکھتے کیونکہ ان دونوں کے درمیان ایک پردۂ دیوار حائل ہے۔ ہر ایک حصے کے اندر دو خانے (ایک اذن اور دوسرا بطن) ہوتے ہیں جن کے درمیان خون گزرنے کا راستہ ہوتا ہے۔ اس طرح دل کے چار خانے بن جاتے ہیں یعنی (دو اذن اور دو بطن) ان میں خون بھرا ہوتا ہے اور یہ خانے سکڑتے پھیلتے رہتے ہیں جس کی وجہ سے خون کا دوران جاری رہتا ہے۔

دل کا کام

دراصل دل ہمارے سارے بدن میں خون پہنچانے کا آلہ یا پمپ ہے جس سے ہمارے بدن کی پرورش ہوتی ہے۔ دل اس طرح سکڑتا اور پھیلتا ہے کہ اس کے دونوں اذن اور اسی طرح دونوں بطن ایک ساتھ عمل کرتے ہیں۔ جب دونوں اذن پھیلتے ہیں تو دائیں اذن میں بدن کا استعمال کیا ہوا خون آتا ہے اور بائیں اذن میں پھیپڑوں سے صاف شدہ خون جاتا ہے۔ اذنین میں خون لانے کا یہ کام وریدیں انجام دیتی ہیں۔ جب خون سے بھرے ہوئے دونوں بطن ایک ساتھ سکڑتے ہیں تو دائیں بطن کا ناصاف خون پھیپڑوں میں صاف ہونے کے لیے (کاربن ڈائی آکسائڈ خارج اور آکسیجن جذب کرنے کے لیے) چلا جاتا ہے اور بائیں بطن کا صاف اور سرخ (آکسیجن دور) خون تمام بدن میں پھیل جاتا ہے دونوں بطنوں سے خون باہر لے جانے کا کام خاص رگیں (شریانیں) انجام دیتی ہیں۔ اس طرح دل کے دونوں پمپ جدا جدا طور پر کام کرتے ہیں۔ ہمارا محنتی دل عمر بھر سکڑتا اور پھیلتا رہتا ہے۔ پہلے سکڑتا ہے اور پھر پھیلتا ہے۔ پھیلنے کی حالت میں اسے ذرا دیر آرام کا موقع مل جاتا ہے چونکہ دل کا بایاں حصہ سارے بدن میں خون پہنچانے کے لیے زیادہ زور سے پمپ کرتا ہے اس لیے بائیں حصے کی بہ نسبت اس کے عضلات زیادہ دبیز اور نسبتاً مضبوط ہوتے ہیں اسی طرح دل سے باہر خون لے جانے والی رگیں (شریانیں) خون واپس لانے والی (وریدوں) کے مقابلے میں زیادہ موٹی اور مضبوط ہوتی ہیں۔ کس قدر عجیب بات ہے کہ ہمارا دل جس کا وزن دس اونس سے زیادہ نہیں ہوتا، سیروں خون متواتر پمپ کرتا رہتا ہے۔ اندازہ لگایا گیا ہے کہ دل پچاس سال کی مدت میں قریب قریب بارہ ہزار ٹن خون پمپ کرتا ہے۔

دل کی حفاظت ضروری ہے

قدرت نے دل کو سینے کے پنجرے کے اندر پھیپڑوں کی گود میں بڑی حفاظت سے رکھا ہے کیوں کہ اسی پر آدمی کے بدن کی پرورش بلکہ زندگی کا دارومدار ہے۔ جب بے احتیاطی کی وجہ سے دل کی کل بگڑ جاتی ہے یا بڑھاپے کے سبب دل کمزور ہوکر بیٹھ جاتا ہے تو موت واقع ہوجاتی ہے۔ دل مضبوط اور صحت مند نہ ہوتو سارا بدن کمزور اور بیمار ہوجاتا ہے۔ ہمیں دل کی بڑی حفاظت کرنی چاہیے۔ اچھی غذا اور مناسب ورزش سے دل اور اس کے افعال صحت مند رہتے ہیں۔ آرام طلبی یا غیر صحت مند عادتوں اور بے احتیاطی سے دل کو نقصان پہنچتا ہے۔ خاص کر تمبا کو خواہ وہ کسی طرح استعمال کیا جائے دل پر براہ راست زہریلا اثر کرتا ہے۔ خصوصاً بچوں کو تمبا کو چھونا بھی نہیں چاہیے۔ اسی طرح شراب اور نشے کی دوسری چیزوں سے جو دماغ اور خون کو زہریلا کردیتی ہیں، پرہیز ضروری ہے۔

معالجات قلب

☆ امراض قلب متعدد اور مختلف ہیں۔ ان کا علاج مرض اور حالات کے مطابق ہی کیا جاسکتا ہے لیکن اکثر حالات میں جوشاندہ، پودینہ سبز، برگ تنبول، زنجبیل تازہ بے حد مفید ثابت ہوتا ہے۔ اس جوشاندے کے ساتھ اگر خمیرہ ابریشم حکیم ارشد تین گرام صبح وشام دیا جائے تو یہ نسخہ بڑا ہی کارآمد ہوتا ہے۔

☆ حب جواہر ایک عدد ہمراہ لعاب گاؤزبان ۶ گرام ابلے ہوئے پانی میں۔ یہ نسخہ صبح وشام دینے سے قلب کے عضلات کا ضعف دور ہوجاتا ہے۔

☆ شریانوں کی تنگی کا مرض ان دنوں بڑا عام ہے۔ اس کے لیے جگرین ایک عدد ہمراہ جوشاندہ یا خیساندۂ آلو بخارا صبح کو اور شام کو لعابِ گاؤزبان ۶ گرام ابلے ہوئے پانی کے ساتھ۔ شدتِ مرض کی صورت میں نسخہ دونوں وقت دینا چاہیے

☆ خون کے بڑھے ہوئے دباؤ (ہائی بلڈ پریشر) کے لیے قرص فشار ایک عدد ہمراہ جوشاندہ یا خیساندۂ آلو بخارا ایک مفید تدبیر ہے۔ تریاق فشار کا اضافہ بھی حسب ضرورت کیا جاسکتا ہے۔

رفتار افعال قلب میں تنظیم وتوازن

خمیرہ ابریشم حکیم ارشد   **طبِ مشرق کے باب میں ہمدرد کے اقدامات**

عصرِ حاضر کی تحقیق و ریسرچ کے معیار پر ہمدرد ریسرچ لیبارٹریز میں خمیرہ ابریشم حکیم ارشد پر کامل تحقیق کی گئی اور ثابت ہو گیا کہ یہ خمیرہ امراض قلب کے لیے مفید ہے۔ تحقیقات کی رپورٹیں غیر ملکی جرائد طبی میں اشاعت پذیر ہو چکی ہیں۔

خمیرہ ابریشم حکیم ارشد قلب کی حرکات میں تنظیم و توازن پیدا کرتا ہے۔ عضلات قلب کے فتور و نقائص رفع کرتا ہے۔ اختلاج قلب کو رفع کرتا ہے۔ قوت حیوانی، قوت نفسانی اور قوت طبعی کو بڑھاتا ہے۔

جواھر مھرہ

اعضائے رئیسہ، دل دماغ اور جگر کو قوت دیتا ہے۔ طبِ یونانی کی یہ دوائی صدیوں سے مشہور و معروف ہے۔ دماغ اور تمام اجزائے دماغیہ۔ مراکز اعصاب کو جواہر مہرہ تقویت بخشتا ہے۔ افعال ذہنیہ کے مراکز کو بیدار کرنے میں نہایت موثر ہے۔ جواہر مہرہ قلب کے لیے خصوصیت رکھتا ہے۔ قلب اور قلب کی کواڑیوں نیز بطونِ قلب کی متصلہ عروق وصمامات ہلالیہ اور افعال کو درست کر کے قوتِ حیوانی پیدا کرتا ہے۔ جگر میں تغذیہ کی قوتوں کو بڑھاتا ہے۔ مروارید، یاقوت اور دوسرے پتھروں اور مشک و عنبر کا ایک نفیس اور جوہری مرکب ہے۔

ترکیبِ استعمال: جواہرِ مہرہ ایک خوراک خمیرہ گاؤزبان عنبری جوہر دار یا دواء المسک معتدل جواہر دار میں ملا کر کھاتے ہیں۔ بے ہوشی کی حالت یا ہیضے میں جب حرارت غریزی گھٹ رہی ہو، عرق گلاب قسم اعلا میں گھول کر دیتے ہیں۔

مقدار خوراک: بچوں کے لیے ۱۵ ملی گرام یا (آدھا قرص) بڑوں کے لیے ۳۰ ملی گرام (ایک قرص) یا ۶۰ ملی گرام (دو قرص) ایک گرام کی شیشی ۲۰ قرص کی شیشی

حب جواھر

ان گولیوں میں جواہرات داخل ہیں اور جواہرات کے جو خواص ہیں وہ تمام ان سے حاصل ہوتے ہیں۔ اعضائے رئیسہ کو قوت حاصل ہوتی ہے۔ مراکز اعصاب اور دماغ کے حسی، حرکتی اور ذہنی رقبات ان کے استعمال سے قوی ہو جاتے ہیں۔ دماغ کے خاکی مادے کے افعال میں ترقی ہوتی ہے۔ اعصاب شرکیہ کے ذریعے

سے تغذیہ وتسمیہ کی قوتوں پر "حب جواہر" نہایت اچھا اثر ڈالتا ہے۔ قلب اور کواڑیوں اور بطون کے افعال کو اعتدال پر لاتا ہے۔
ترکیب استعمال: ایک گولی پانی کے ساتھ یا عرق گلاب نمبرا، یا عرق عنبر ۶۰ ملی لیٹر کے ساتھ صبح یا صبح وشام کھلاتے ہیں

خمیرہ مروارید

سچے موتیوں کا قیمتی مرکب ہے۔ نہایت عمدہ مفرح ہے۔ مرکز حرارت کو اعتدال پر لاتا ہے۔ دل اور دماغ کو طاقت دیتا ہے۔ دل کی حرکت کے نظام کو درست کر کے خفقان (پیلپی ٹیشن) میں فائدہ دیتا ہے۔ موتی جھرہ اور چیچک کے بخار میں دل کی قوت اور حرارت غریزی (انیمل ہیٹ) کی حفاظت کرتا ہے۔
ترکیب استعمال: صبح اور شام کو پانی یا کسی مناسب دوا کے ساتھ جیسا معالج ہدایت کرے استعمال کریں۔
مقدار خوراک: ۶ ماہ سے ۶ سال تک کی عمر والوں کے لیے نصف گرام سے ۲ گرام تک۔ ۶ سے ۱۲ سال تک کے لیے ۲ سے ۳ گرام تک۔ بڑی عمر والوں کے لئے ۳ گرام سے ۶ گرام تک۔
۱۰۰ گرام کی پیکنگ ۵۰ گرام کی پیکنگ

خمیرہ ابریشم سادہ

دل و دماغ اور بصارت کو قوت دیتا ہے۔ خفقان اور مالیخولیا کو رفع کرتا ہے۔
ترکیب استعمال: ۶ ماشے عرق گاؤزبان ۱۲۰ ملی لیٹرز کے ساتھ یا تنہا استعمال کریں۔
۱۰۰ گرام کی پیکنگ میں دستیاب ہے۔

کشتہ مروارید

رحم، طبقات رحم اور نسیج رحم، نیز عورتوں کے خصیتین الرحم کو قوت دیتا ہے اور سیلان الرحم کی تمام اقسام، سیلان فرجی، سیلان مہبلی، سیلان رحمی کو دور کرتا ہے۔ کیسۃ المنی کے دغدغے کو دور کر کے مردوں کے جریان اور احتلام میں بھی فائدہ دیتا ہے۔ دماغ اور بطون کو قوت دیتا ہے۔ حرارت غریزی (انیمل ہیٹ) کی حفاظت کرتا ہے۔ قوت حیوانی (وائی ٹیلٹی) کو بڑھاتا ہے
ترکیب استعمال: ایک قرص، ۶ گرام مفرح ہمدرد یا خمیرہ گاؤزبان عنبری میں رکھ کر کھائیں۔ اوپر سے دودھ پی سکتے ہیں۔

کشتہ زمرد

انخاع پر اثر انداز ہوکر مرکز ذیابیطس کی اصلاح کر کے کثرت بول اور پیشاب میں شکر آنے کو روکتا ہے۔ مثانہ کی گرمی کو تسکین دیتا ہے۔ خصیتین، اوعیہ منی، غدہ مذی کو قوت دے کر سیال مولدہ کے سیلان کو روکتا ہے، جگر کو قوی کرتا ہے۔ قلب اور شرائین قلب کے افعال کو درست کر کے قلبی امراض میں فائدہ دیتا ہے

ترکیب استعمال: ۳۰ سے ۶۰ ملی گرام جوارش زرعونی عنبری بہ نسخہ کلاں ۶ گرام یا جوارش زرعونی سادہ ۶ گرام میں رکھ کر کھائیں

مفرح بارد جواہردار

دل کو قوت دے کر اس کی حرکات کے نظام کو درست کر کے اختلاج کو دور کرتی ہے۔ حرارت کو اعتدال پر لاتی اور نہایت تیز اثر کرتی ہے۔ چاندی کے ورق اور سچے موتی اس میں شامل کیے جاتے ہیں۔ جذب نسیم کے عمل کو صحیح کر کے دل کو تفریح بخشتی ہے۔ دودھ یا پانی کے ساتھ کھائیں۔

ترکیب استعمال: ۶ سے ۱۲ سال تک ڈیڑھ گرام سے ڈھائی گرام تک۔ بڑی عمر والوں کے لیے ۶ گرام تک

مفرح مشکیں

دماغ عام جسمانی طاقت کا محتاج ہے اگر جسم میں طاقت نہیں ہوگی تو دماغ کو بھی غذا نہیں مل سکتی اس لیے دماغ کو بہتر بنانے کے لیے ہمدرد دواخانے کی لاجواب دوا مفرح مشکیں استعمال کیجیے ''مفرح مشکیں''، جسم میں نئی زندگی پیدا کر کے دماغ میں برقی رو دوڑاتی ہے، حافظہ کو بہتر بناتی ہے، دماغی کام کرنے کی صلاحیت پیدا کرتی ہے۔ معدے میں پہنچتے ہی دماغ اور تمام اعصاب پر اثر کرتی ہے، دوران خون کو درست اور غذا کی خواہش کو تیز کرتی ہے۔ تمام دن کا تھکا ہوا دماغ اس کے اثر سے از سر نو تازہ ہو جاتا ہے۔ کمزوروں اور دماغی کام کرنے والوں کے لیے لاجواب ہے۔

مفرح شیخ الرئیس

ضعف دل، خفقان سوداوی، وحشت اور عام کمزوری کو دور کرتی ہے۔

ترکیب استعمال: ۶ گرام یہ مفرح عرق گذر بہ نسخہ دیگر ۱۰۰ ملی لیٹر، مصری ۲۵ گرام کے ساتھ استعمال کریں۔

اعضائے رئیسہ کو قوت دینے کی عجیب چیز ہے۔ معدہ اور ہاضمہ کی اصلاح کرتی ہے۔

مفرح اعظم

مفرح یاقوتی معتدل

حرارت غریزی کی حفاظت کرتی اور اعضائے رئیسہ کو قوت دیتی ہے۔ضعف اسہال اور امراض رحم کے لیے بے حد مفید ثابت ہوتی ہے اور ہر قسم کی کمزوری دور کرتی ہے۔مقوی جگر ہے۔
ترکیب استعمال: ۳ گرام سے ۶ گرام تک شربت روح افزا ۵۰ ملی لیٹر میں دودھ کے ساتھ یا تنہا استعمال کریں۔

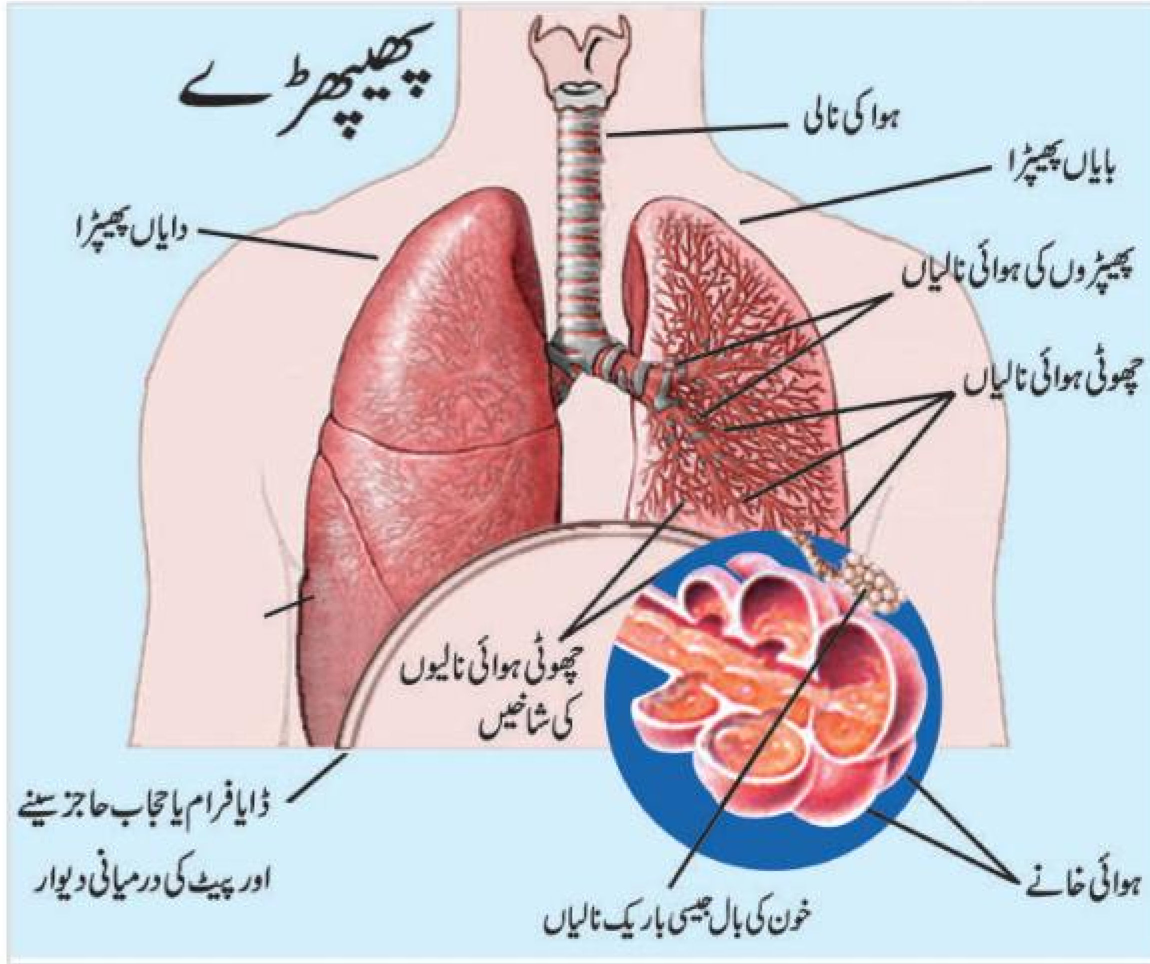
تریاق فشار

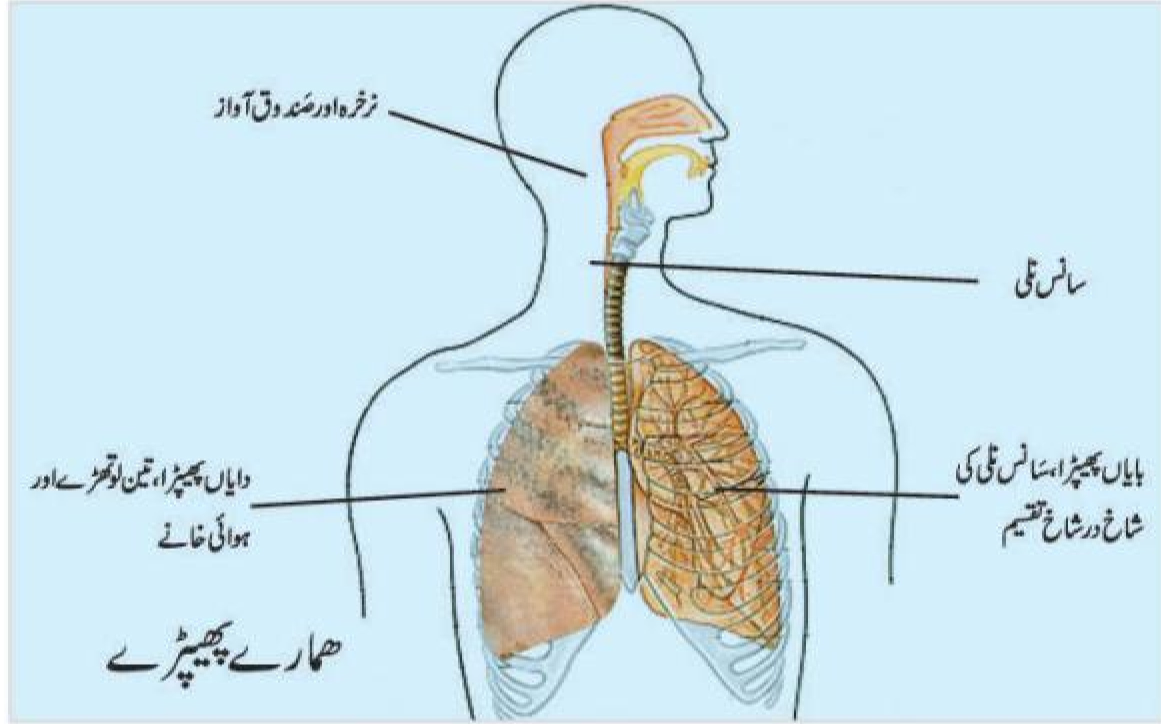
ہائی بلڈ پریشر یعنی خون کا دباؤ بڑھ جانے کا مرض عام ہوتا جا رہا ہے اور صحت عامہ پر بہت اثر ڈال رہا ہے ''تریاق فشار'' اس مرض سے نجات دلانے کے لیے ہمدرد لیبارٹریز میں نہایت اہتمام سے تیار کیا گیا ہے۔ اس سے کلاہ گردہ (سوپرارینل) گلینڈ کا فعل معتدل ہو جاتا ہے اور اس کا جوہر ایڈرے نالین جو خون میں زیادہ مل کر دباؤ بڑھاتا ہے، ضرورت سے زیادہ مقدار میں خون کے اندر شامل نہیں ہوسکتا۔تریاق فشار نظام عصبی خصوصاً اعصاب شرکیہ کے افعال کو درست کرتا ہے جس کے ماتحت کلاہ گردہ کے غدود کام کرتے ہیں۔ اس تریاق کا اثر غدہ نخامیہ پر بھی ہوتا ہے جس کے نتیجے میں ایک حصے کی رطوبت خون کے دباؤ کو بڑھا دیتی ہے۔ خون کی رگوں میں اس سے لچک پیدا ہوتی ہے اور وہ موٹی نہیں ہونے پاتیں۔خاص بات یہ ہے کہ خون کا دباؤ ایک دم کم نہیں ہو جاتا اور نہ یہ قلب کو کمزور کرتی ہے بلکہ طاقت دیتی ہے۔

GARLINA MATTER
REQUIRED

ہمارے پھیپھڑے

ہمارے سینے کے صندوق میں پسلیوں کے نیچے دو پھیپھڑے ہیں۔جن پر ایک مہین چکنی جھلی کا غلاف چڑھا ہوا ہوتا ہے۔یہ جھلی پھیپھڑوں پر سے ہوکر پسلیوں کے نیچے ایک استر کے طور پر پھیل جاتی ہے۔اس استر اور پھیپھڑے پر کی جھلی کے درمیان کچھ چکناہٹ رہتی ہے،جس سے پھیپھڑا آسانی سے پھیل کر سانس کی حرکت کر سکتا ہے۔پھیپھڑوں کی شکل گاجر جیسی ہوتی ہے نوک اوپر کی طرف اور پیندا چوڑا جو صندوق سینے میں نیچے ایک مہراب دار موٹے پردے (ڈایافرام یا حجاب حجز) پر رکھا ہوا ہوتا ہے۔یہی پردہ سینے کو پیٹ سے جدا کرتا ہے





پھیپھڑوں کی بناوٹ

ہماری سانس کی نلی (جو ۱۹ یا ۲۰ ادھورے چھلوں سے بنتی ہے، قریب ۵۔ انچ لمبی ہے اور غذا کی نلی کے سامنے ہوتی ہے) گردن میں سے ہوتی ہوئی سینے کے اندر جا کر دو شاخوں میں تقسیم ہو جاتی ہے۔۔۔ایک شاخ دائیں پھیپھڑے میں، دوسری بائیں پھیپھڑے میں چلی جاتی ہے۔ پھر پھیپھڑوں کے اندر یہ دونوں شاخیں بار بار تقسیم ہو کر ہر شاخ کے پھیپھڑے کے ایک گچھے یا خانے میں کھلتی ہیں دائیں پھیپھڑے کے تین حصے یا لوتھڑے اور بائیں پھیپھڑے کے دو لوتھڑے ہوتے ہیں۔ پھیپھڑے ہلکے یا اسفنج کی طرح مسام دار ہوتے ہیں۔ ان خانوں میں ہوا بھری ہوئی ہوتی ہے۔ دبانے سے ان کے اندر کی ہوا خارج ہونے سے کرکراہٹ کی آواز پیدا ہوتی ہے۔ اس طرح پھیپھڑے ہوا بھری ہوئی چھوٹی چھوٹی تھیلیوں کا مجموعہ ہیں، جو انگور کے گچھوں کی طرح ہوتی ہیں (ہر گچھے میں سانس نلی کی ایک شاخ سے ہوا آ کر اسے پھیلائے رکھتی ہے) سانس آنے جانے سے یہ گچھے یا خانے پھولتے سکڑتے رہتے ہیں۔

پھیپھڑوں کا کام

پھیپھڑے ہمارے بدن میں دھونکنی کی طرح سکڑتے پھیلتے رہتے ہیں۔ سانس کا یہ آنا جانا پورے سینے کے بار بار سکڑنے اور پھیلنے کا نتیجہ ہے۔ سانس اندر لینے کے بعد خفیف سا وقفہ ہوتا ہے۔ پھر سانس باہر نکلتا ہے اس طرح ہم ایک منٹ میں سولہ سترہ بار سانس لیتے اور نکالتے رہتے ہیں یوں بدن کی دھونکنی عمر بھر چلتی رہتی ہے۔

سانس اندر لینے پر پھیپھڑوں کے خانے ہوا سے پھول جاتے ہیں۔اس ہوا میں ۵/۱حصہ اوکسیجن کا ہوتا ہے خانوں کی دیواروں میں مہین جھلی پر خون کی رگیں بال جیسی باریک ہوتی ہیں یہ رگیں اوکسیجن کو خون میں جذب کر لیتی ہیں اور خون کے اندر کی ناپاکیاں (کاربونک گیس بھاپ وغیرہ) باہر خانوں کے اندر نکال دیتی ہیں، جو سانس باہر نکلنے کے ساتھ بدن سے خارج بھی ہو جاتی ہیں۔سانس کا خاص مقصد یہی ہے کہ خون کی گندگی باہر نکال کر خون کو صاف کر دیا جائے اور بدن میں اوکسیجن پہنچائی جائے ، جو بدن کی بافتوں اور غذائی اجزاء کو جلانے (تکسید کرنے) کے لیے ضروری ہے۔اسی تکسید سے بدن کو حرارت اور توانائی حاصل ہوتی ہے، جس سے زندگی کا چراغ روشن رہتا ہے۔اگر سانس کا آنا جانا رک جائے تو آدمی کی زندگی محال ہے

تنفس کی رفتار کی شرح

عمر		فی منٹ
۲ ماہ سے	۲ سال تک	۳۵
۲ سال سے	۶ سال تک	۲۳
۶ سال سے	۱۲ سال تک	۲۰
۱۲ سال سے	۱۵ سال تک	۱۸
۱۵ سال سے	۲۱ سال تک	۱۶ سے ۱۸

معالجات

نظام تنفس کے امراض: امراض صدر کے لیے ہمدرد نے ایک اہم دوا ''تلسین'' مرتب کی ہے، تلسین نہ صرف یہ کہ پھیپھڑوں کے ورم کو دور کرتی ہے بلکہ کھانسی اور بخار کے لیے ایک بہترین نباتی دوا ہے۔ تلسین کے اجزاء باغ نباتات ہمدرد میں اگائے جارہے ہیں اور باغِ ہمدرد سے یہ ایک شافی امراض صدر دوا ہے

تلسین

نباتی ادویہ کے افعال وخواص کا علم صدیوں سے ہے اور جن کے بارے میں طب کے مائیہ ناز اساتذہ فن نے اپنی معلومات کو مُدوّن کیا ہے۔ مشاہدات وتجربات سے ان معلومات کا جدید سائینٹیفک انداز پر مطالعہ نیز دور حاضر کے وسائل سے کام لیتے ہوئے ان پر تحقیق کا کام ہمدرد کے بنیادی مقاصد میں شامل ہے۔

تلسین پھیپھڑوں کی نالیوں، پھیپھڑوں اور تنفّسی راستوں کے امراض اور عوارض مثلاً نظام تنفس کی سطحی جھلیوں کی خراش، کھانسی، ورم شعب، نمونیا، حلق کی سوزش اور آواز بیٹھ جانے کی صورت میں تیزی سے اثر کر کے تمام تکلیف دہ عوارض کو دور کرتی ہے۔ نظام تنفس کے جراثیمی امراض خاص کر کالی کھانسی میں مفید ہے۔ اس کے استعمال سے تنفّسی نالیوں کے ورم اور سوزش میں کمی آتی ہے۔ مسکّن اور دافع بخار ہے۔ نزلہ زکام اور انفلوئنزا میں بھی اسے حسب ہدایت معالج تنہا یا دیگر مناسب دواؤں کے ساتھ استعمال کیا جاسکتا ہے۔

تلسی پر جدید وقدیم لٹریچر کے غائر مطالعے اور تحقیقات کے بعد ہمدرد لیباریز ٹریز نے اس معروف دوا کو ایسی شکل دینے میں کامیابی حاصل کر لی ہے کہ اس کی آفادیت یقینی ہوگئی ہے اور اس کا استعمال بہت آسان ہوگیا ہے بہ ایں ہمہ اس دوا کے نہایت موثر ولطیف اجزا میں اور ان کی افادیت میں اضافہ ہوگیا ہے۔ تلسین اپنے اثرات کی بنا پر بیشتر امراض صدر مثلاً نزلہ، زکام، کھانسی، انفلوئنزا، ذات الجنب، ذات الریہ میں ایک انتہائی مفید اور بے ضرر دوا ہے۔

اس کے علاوہ ''تلسین'' میں ایسے اجزاء قدرتی طور پر شامل ہیں جو جگر اور معدے کے افعال کی اصلاح کرتے ہیں۔ اس لیے بخار کی حالت میں خواہ کسی بھی سبب سے کیوں نہ ہو اس کے استعمال سے ہضم اور اخراجِ فضلات کا نظام درست رہتا ہے اور بخار کی وجہ سے ہونے والی بے چینی پیدا کرنے والے عوارض دور ہو جاتے ہیں۔

۵ گرام پر مشتمل ایک خوراک کو پانی میں اچھی طرح جوش دے کر چھان کر مریض کو پینے کی ہدایت کی جائے۔

حفظِ ماتقدم

درّسیر کی ایک اہم خصوصیت یہ ہے کہ یہ مانع تعفن (انٹی سپٹک) اور قاتل جراثیم ہے۔اس لیے بعد غذا ہر روز ایک درسیر کھانے سے امراض کا حملہ نہیں ہوتا۔سردیوں میں کہ جب نزلہ زکام کھانسی، سینے کے درد اور نمونیہ کا خطرہ رہتا ہے، بہار میں جب فساد خون کا اندیشہ ہوتا ہے، گرمیوں میں جب وباؤں اور ناتوانی کا سامنا رہتا ہے روز بعد غذا درسیر ایک ایک عدد کھانا تمام خطرات سے محفوظ رکھتا ہے۔

ایک غذا

درسیر کو ایک صحت بخش اور طاقت بخش غذا کی حیثیت حاصل ہے، اس لیے ناتوانی، اضمحلال ونقاہت اور ایسی صورتوں میں کہ جسمانی مشقت کی وجہ سے جسمانی قویٰ کمزور ہو رہے ہوں، درسیر کا استعمال بہت اہمیت رکھتا ہے۔ناشتے کے بعد اور دونوں وقت کھانا کھانے کے بعد درسیر ایک عدد کھانے سے نہ صرف توانائی آجاتی ہے بلکہ جسم میں چستی بھی آجاتی ہے اور ہر قسم کی تھکن دور ہو جاتی ہے۔

نزلہ وزکام

نزلہ وزکام کی حالت میں درسیر صبح وشام دو، عدد گرم پانی کے ساتھ کھایئے۔

امراض صدر

کھانسی، سینے کے درد (برنکائٹس) اور نمونیا میں کھانے سے قبل ایک درسیر استعمال کرنی چاہیے۔دق وسل میں ایک قاتل جراثیم دق وسل کی حیثیت سے اور ایک طاقت بخش غذائے دوائی کے درسیر کا استعمال بے حد نفع بخش ہوتا ہے۔دق وسل میں درسیر کی کم از کم دو ٹکیاں روزانہ کھانا چاہئیں۔

امراض شکم

درسیر کو ایک تریاق کی حیثیت حاصل ہے۔اس لیے معدہ اور آنتوں کی بہت سی تکلیفوں کے لیے اس کو مفید پایا گیا ہے۔درسیر قاتل کرم شکم بھی ہے۔کھانے کے بعد ایک درسیر کھانی چاہیے۔درسیر معدہ کی تیزابیت کو بھی رفع کرتی ہے۔کھانے سے آدھے گھنٹے قبل ایک درسیر کھانی چاہیے۔

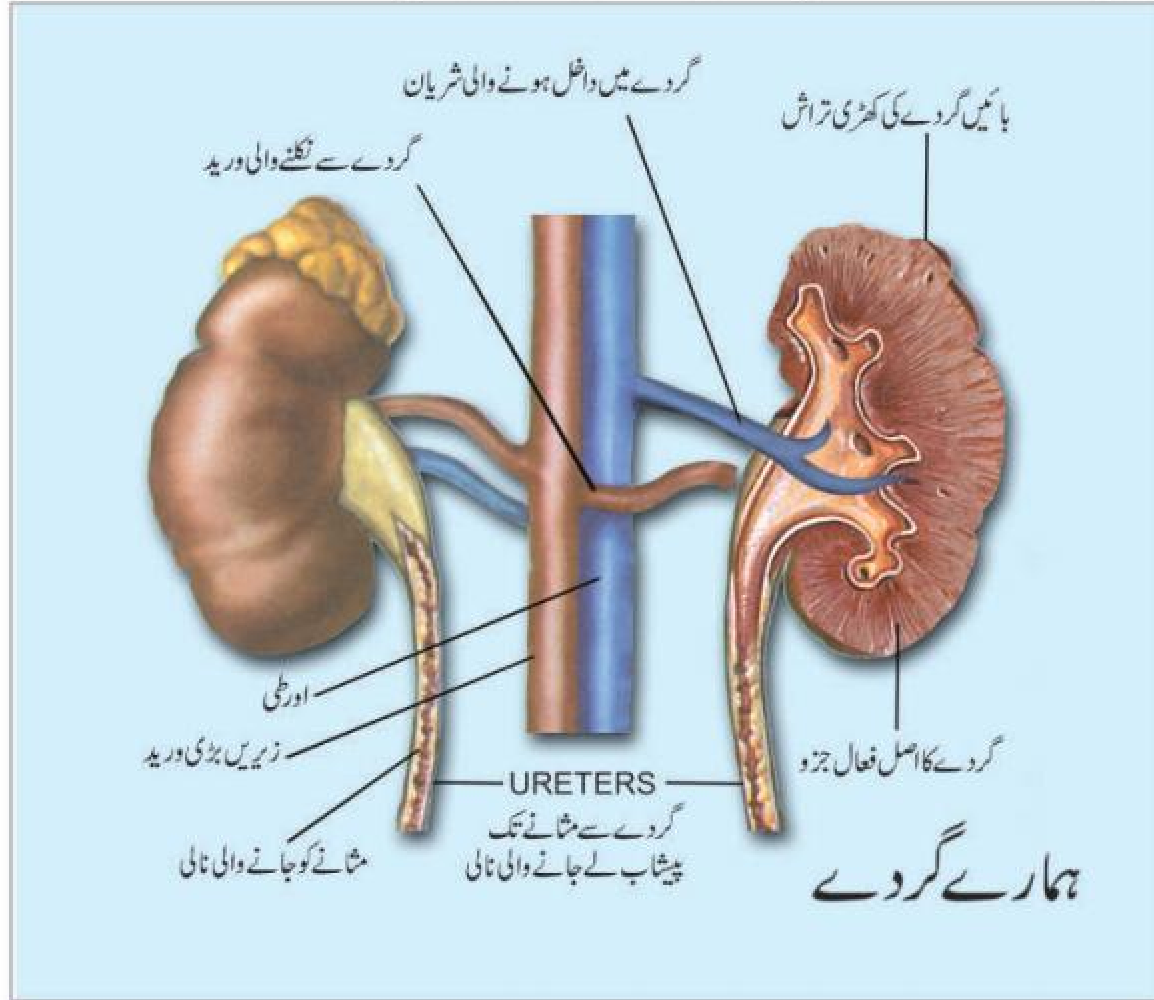
بلند فشار خون

درسیر کا ایک فائدہ یہ ہے کہ یہ خون کی رگوں (شریانوں) میں سختی پیدا ہونے کی کیفیت کو روکتی ہے، اسی لیے بلند فشار خون (ہائی بلڈ پریشر) کے مریضوں کے لیے درسیر ایک نعمت ہے۔بلند فشار خون کے مریضوں کو روزانہ چار درسیر (صبح۔دوپہر، سہ پہر، شب) استعمال کرنی چاہیے۔

ہمارے گردے

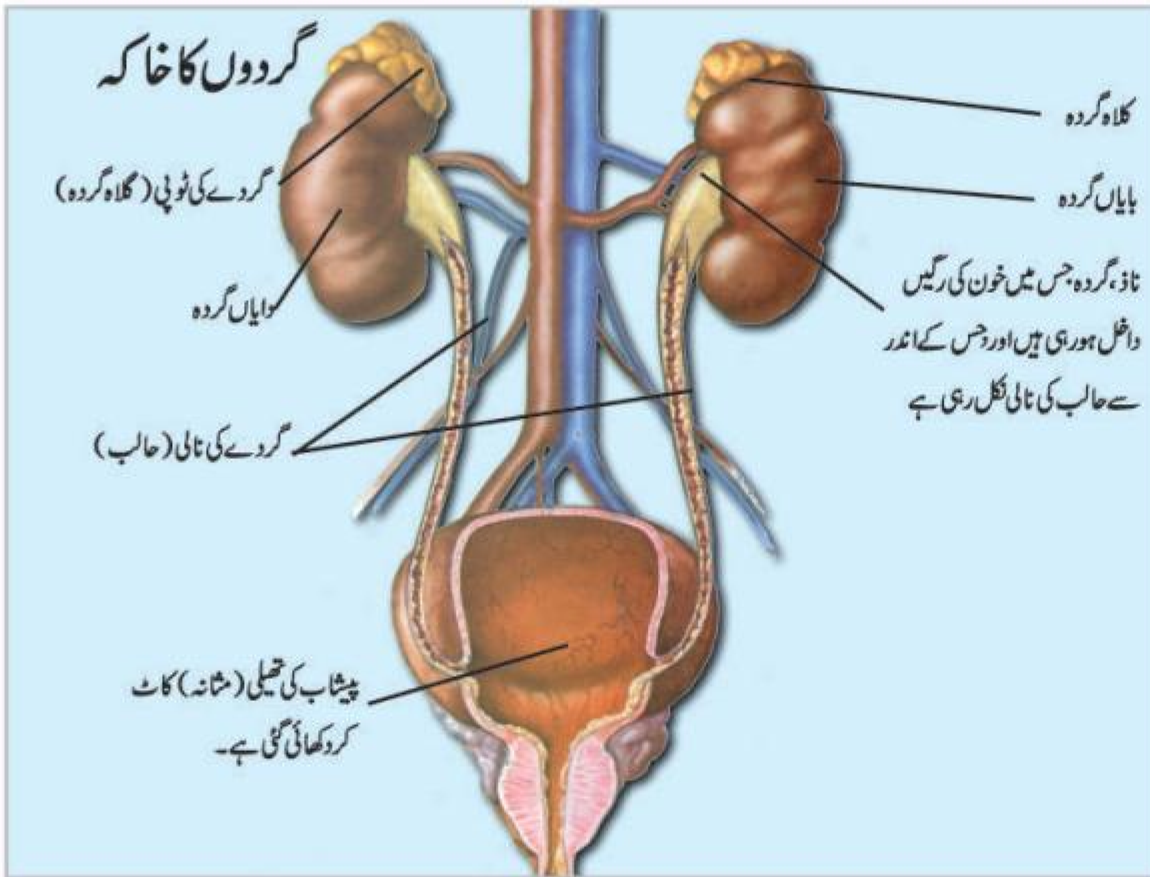
بدن کی چھلنیاں

ہمارے بدن میں پیٹ کے پچھلے حصے میں ریڑھ کی ہڈی کے دونوں طرف دو گردے ہوتے ہیں۔ گردوں کی شکل بہت بڑے سیم کے دانوں کی جیسی ہوتی ہے۔ ان کا اوپر کا سرا گول ہوتا ہے جس پر ایک چربیلی غدودی ٹوپی چڑھی ہوتی ہے جس کو ''کلاہ گردہ'' کہتے ہیں۔ ہر گردے میں اندر کی طرف ایک گڑھا سا ہوتا ہے جس کو ناف گردہ کہتے ہیں۔ اس ناف گردہ سے ایک لمبی پتلی نالی نکلتی ہے جو پیٹ کے نیچے کے حصے تک جا کر پیشاب کی تھیلی (مثانہ) میں کھلتی ہے۔ گردوں سے پیشاب خارج ہو کر اسی لمبی پتلی نالی (حالب) میں سے گزر کر نیچے پیشاب کی تھیلی میں جمع ہوتا رہتا ہے اور پھر وہاں سے باہر نکال دیا جاتا ہے۔



گردوں کا کام

گردوں کا خاص کام یہ ہے کہ بدن کا گندا پانی خون کے اندر سے کھینچ کر باہر نکال دیتے ہیں۔اس گندے پانی کے اندر بدن کے کئی ٹھوس فضلات گھلے ہوئے ہوتے ہیں جن میں دو خاص یوریا اور یورک ایسڈ ہیں (اگر یورک ایسڈ خارج نہ ہو اور بدن میں جمع ہو جائے تو اس سے جوڑوں کی وہ مشہور بیماری پیدا ہو جاتی ہے جس کو ''گٹھیا'' کہتے ہیں)۔



کام کرنے کے بعد بدن کی بافتوں کی ٹوٹ پھوٹ سے اور غذا میں پروٹین (نائیٹروجنی مرکبات یا لحمیات) استعمال کرنے کے بعد بدن میں نائیٹروجن کے بے کار مادے (نائیٹروجنی فضلات) پیدا ہوتے رہتے ہیں۔ان میں سے یوریا نمبرا اور یورک ایسڈ نمبر۲، دو خاص فضلات ہیں ۔ یہ سب فضلات بدن سے باہر نکل جانے چاہئیں کیونکہ یہ بے کار ہیں اور بعض حالتوں میں زہر ہو جاتے ہیں۔گردوں کا بڑا بھاری کام یہ ہے کہ وہ نہ صرف بدن کے نائیٹروجنی فضلات کو باہر نکال دیتے ہیں بلکہ اسی کے ساتھ وہ بدن کا بہت سا گندا اور بیکار پانی بھی خارج کر دیتے ہیں لیکن یہ نہیں سمجھنا چاہیے کہ گردوں کی بافت محض ایک بے جان میکانی چھلنی کی طرح کام کرتی ہے۔دراصل یہ عجیب وغریب بات ہے کہ گردوں کی بناوٹ کے خلئے نہایت تمیز داری

اور ہوشیاری سے اچھی اور بری چیز کو پہچان کر خون کے اندر سے صرف نقصان پہنچانے والے بے کار مادوں کو باہر کھینچ لیتے ہیں اور مفید اور قیمتی پروٹینوں کو عمداً خون کے اندر ہی باقی رہنے دیتے ہیں مگر جب بیماری کی وجہ سے گردے یہ انتخابی عمل نہیں کر سکتے تو پیشاب میں البیومن بھی خارج ہونے لگتا ہے جو انڈے کے سپیدی کی طرح ایک پروٹینی مادہ ہے لیکن مجموعی طور پر گردے زیادہ تر چھاننے اور نتھارنے کا (فلٹر کرنے کا) عمل ہی کرتے ہیں۔ خون کی یہ چھنائی اور صفائی تن درستی کے لئے ضروری ہے ورنہ بہت سی بیکار چیزیں (مثلاً خون کے پرانے فرسودہ سرخ دانوں کا رنگین مادہ وغیرہ) خون کے اندر باقی رہ کر خرابی پیدا کر دیں گی۔

ہمارے بدن سے ۲۴ گھنٹے میں ۵۰ سے ۶۰ اونس پیشاب خارج ہوتا ہے۔ یہ ہمارے پیئے ہوئے پانی اور غذا کے اندر سے نکلے ہوئے پانی دونوں سے حاصل ہوتا ہے۔ کھانا کھاتے وقت زیادہ پانی نہیں پینا چاہئے کیونکہ اس سے معدہ کا ہاضم رس ہلکا پڑ جاتا ہے البتہ درمیانی اوقات میں زیادہ پانی پینا چاہئے تاکہ گردے خوب دھل جائیں۔ ہمیں گردوں کی حفاظت کرنی چاہیئے۔ انہیں سردی سے بچانا چاہیے اور زیادہ تیز گرم مسالوں اور زیادہ کھا لینے سے پرہیز کرنا چاہیے۔ شراب بھی استعمال نہیں کرنا چاہیے۔ جاڑوں میں ورزش کافی کرنی چاہیے تاکہ پسینہ آ کر بدن کا پانی خارج ہو جائے اور گردوں پر کام کا زیادہ بار نہ پڑنے پائے۔

معالجات

ورم گردہ (نفرائٹس) کی اکثر صورتوں میں استعمال کے لیے ہمدرد کی مجلس تحقیق و تجربات نے باغِ نباتات ہمدرد سے ایک مفید دوا ''گردین'' مرتب کی ہے۔ ترکیب استعمال یہ ہے کہ ایک پڑیا دوا آدھے گلاس پانی میں جوش دے کر چھان کر پی جاتی ہے۔ ایک خوراک صبح ایک شام۔ اطبا امراض گردہ کا مطالعہ فرمائیں اور حالات کے مطابق ''گردین'' کا استعمال یقین و اطمینان کے ساتھ مریضوں کو کرائیں۔

جوارش زرعونی سادہ

آلات تناسل (ری پروڈ کیٹو آرگنز) کو قوی کر کے قوت باہ کو بڑھاتی ہے۔ خصیوں کے طبقات بیضہ (ٹیونکا ایلو جینا) خصیوں کے چھوٹے لوتھڑوں (لابیولز) انابیب المنی (ٹیوبیولائی سیمینیفرائی) میں مادہ تولید پیدا کرنے کی صلاحیت کو بڑھاتی ہے۔ گردوں اور جگر کو طاقت دیتی ہے۔ گاجر اور شلجم کے بیج اس جوارش کے خاص اجزا ہیں جن کو زعفران کی آمیزش سے قوی کر دیا گیا ہے۔

ترکیب استعمال: جوارش زرعونی صبح یا رات کو سوتے وقت پانی کے ساتھ یا ایسے ہی کھانی چاہیئے۔

مقدار خوراک: جوان آدمیوں کے لیے ۶ گرام بعض حالات میں ۱۲ گرام تک لے سکتے ہیں۔

جوارش زرعونی عنبری بہ نسخہ کلاں

گردہ مثانہ، جگر اور دماغ کو قوت دیتی ہے۔ پشت کو مضبوط کرتی ہے۔ بلغمی و سوداوی امراض مثلاً زیادتی پیشاب، دردسر، بلغمی کھانسی اور نقرس وغیرہ کے لیے نہایت مفید ثابت ہوئی ہے۔ ریاح کو دور کرتی ہے۔ مادہ تولید کو بڑھاتی ہے اور باہ کو قوت دیتی ہے اور بالوں کی سیاہی قائم رکھتی ہے۔

ترکیب استعمال: آلات تولید اور گردہ مثانہ کو قوت دینے کے واسطے ۶ گرام یہ جوارش کشتہ فولاد ۳۰ ملی گرام کے ساتھ استعمال کریں۔ اگر گردے کے ضعف سے ریگ آتی ہو یا پیشاب میں شکر یا چربی دار مادہ خارج ہوتا ہو تو یہ جوارش ۵ گرام۔ کشتہ زمرد ۳۰ ملی گرام عرق انناس/۱۰۰ ملی لیٹر شربت بزوری ۳۵ ملی لیٹر کے ساتھ استعمال کریں۔

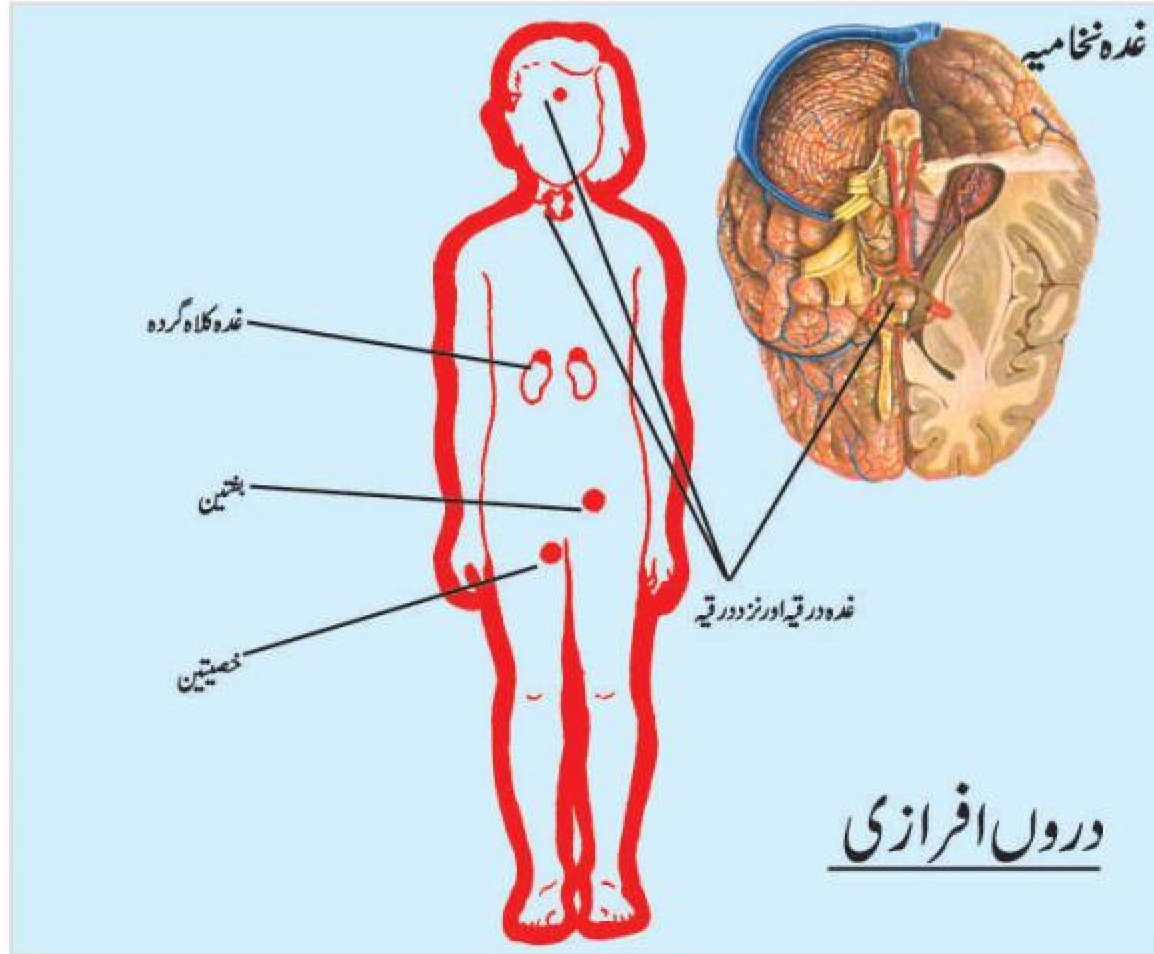
نوٹ: اس جوارش کو کشتہ فولاد یا زمرد کے ساتھ یا صرف جوارش بھی استعمال کر سکتے ہیں۔

دروں افرازی یا غیر قناتی غدد کا نظام

ہمارے بدن کی بہت سی گلٹیاں نالی دار ہوتی ہیں جن کا رس نالیوں کی راہ سے مخصوص اعضا میں پہنچ کر کارآمد ہوتا ہے مثلاً لعاب دہن یعنی تھوک کی گلٹیوں کا رس ان نالیوں کے ذریعے منہ میں آجاتا ہے یا جگر کی نالی سے صفرا نکل کر پتے میں جمع ہوتا ہے

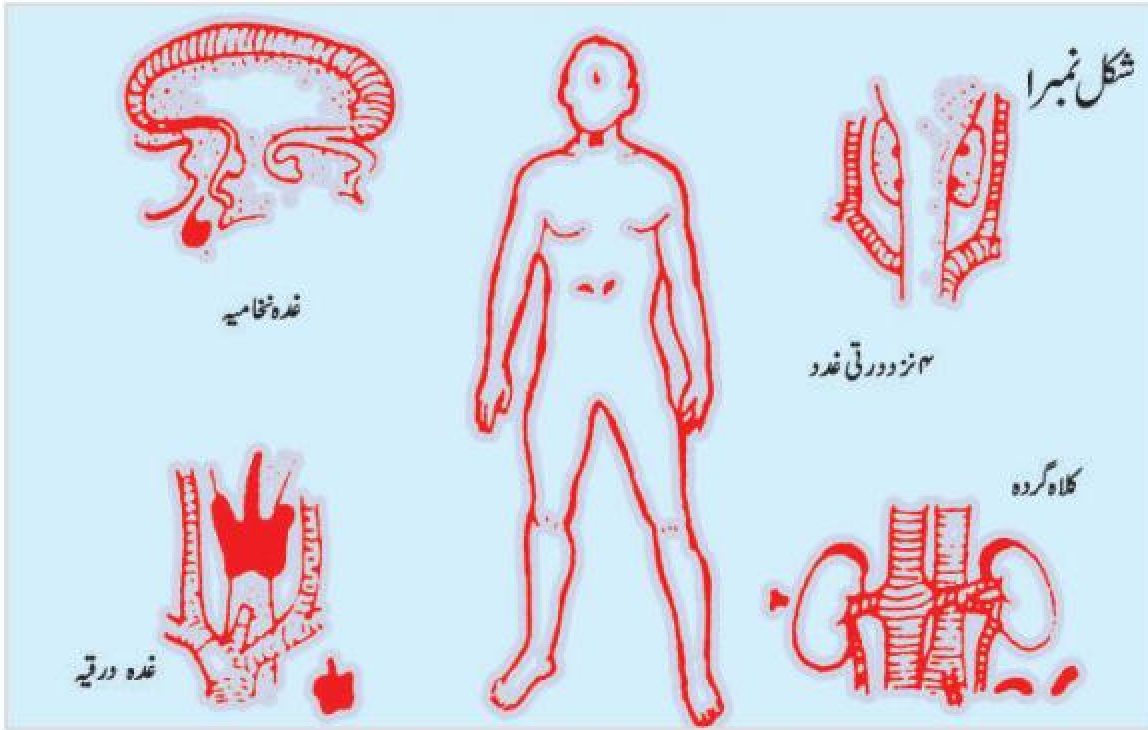
دروں افرازی غدد

لیکن ہمارے بدن میں چند گلٹیاں ایسی بھی ہیں جن میں کوئی نالی نہیں ہوتی بلکہ ان کا رس (افراز) راست خون میں جذب ہو جاتا ہے اسی واسطے ان بے نالی گلٹیوں کو غیر قناتی یا دروں افرازی غدد کے نام سے یاد کیا جاتا ہے



ھارمون سیل

ان بے نالی گلٹیوں کے رس میں مخصوص کیمیائی نوعی اشیاء موجود ہوتی ہیں جن کو ہارمون (پیغامبر یا رسیل) کہتے ہیں کیونکہ یہی اشیاء خاص خاص تحریکات پہنچا کر اعضاو بدن میں قوی اثرات پیدا کر دیتی ہیں۔ یہ گلٹیاں ہم آہنگی کے ساتھ کام کرتی ہیں۔ ایک گلٹی کا فعل دوسری گلٹیوں کے فعل پر اثر انداز ہوتا ہے اس طرح ان کا ایک با قاعدہ نظام ہے جس سے تندرستی، طاقت وتوانائی قائم رہتی اور جسمانی و ذہنی اور دماغی نشوونما میں ترقی ہوتی ہے۔ اگر ایک بے نالی گلٹی کا فعل کسی وجہ سے بدل جائے تو اس سلسلے کی دوسری گلٹیوں کے افعال پر بھی برا اثر پڑتا ہے۔



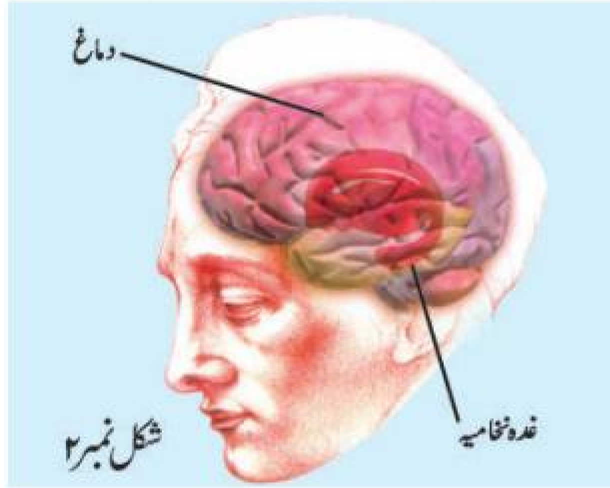
دروں افرازی نظام کے غدد

(الف) دروں افرازی نظام میں، حسب ذیل غیر قناتی غدد شامل ہیں۔ کھوپڑی کے اندر پچوٹری (نخامیہ) اور پالینل (صنوبری)۔ گردن میں تھائرائڈ (درقیہ) اور پراتھائرائڈ سینے میں، تھائمس (توشہ) پیٹ کے اندر طحال (تلی) اور ایڈری نلز (کلاہ گردہ)

(ب) بعض نالی دار گلٹیاں بھی دروں افراز پیدا کرتی ہیں جو راست خون کے اندر جذب ہو جاتا ہے۔ (گلٹی کے اندر بعض خاص خلیات یہ دروں افراز پیدا کرتے ہیں، جو راست خون میں جذب ہو جاتا ہے اور بروں افراز جو دوسرے خلیات سے پیدا ہوتا ہے، حسب معمول نالی کی راہ سے باہر نکل جاتا ہے) ایسی دہری گلٹیاں لبلبہ اور خصیے (نر میں) حیض (مادہ میں) ہیں۔ (شکل نمبر ا)

غدہ نخامیہ

غدہ نخامیہ یا نخامی سرخی مائل خاکی رنگ کی بیضوی شکل کی ایک چھوٹی سی (بڑے چنے برابر) گلٹی ہے جو دماغ کے پینیدے میں ایک ہڈی دار خانے میں قیام رکھتی ہے (شکل نمبر۲) غدہ نخامیہ کے دو ممتاز حصے ہوتے ہیں۔ اگلا حصہ جس سے متعدد ہارمون پیدا ہوتے ہیں، بقائے حیات اور جسمانی نشو ونما کے لیے نہایت ضروری ہے۔ اس کے ہارمون جسم کی بڑھوتری اور اعضائے تناسل کے نمو کو ترقی دیتے اور جسم کے اندر کاربوہائیڈریٹ اجزا کو جلانے میں مدد دیتے ہیں۔ اگلے حصے سے اب تک ۶ ہارمون نکالے گئے ہیں جن میں سے ۵ ہارمون کلاہ گردہ درقیہ اور جنسی غدودوں (GONADS) (مولدات) کی بالیدگی تغذیہ اور افعال کو صحیح حالت کارکردگی میں قائم رکھتے ہیں (اسی واسطے ان کو ''ٹروفک ہارمونز''، یعنی صحت مند حالت برقرار رکھنے والے ہارمونز کا نام دیا گیا ہے) یہ پانچ ہارمون یہ ہیں۔



(۱) (ATCH) جو کلاہ گردہ کے قشری حصے کی فعلیت پر اقتدار رکھتا ہے۔

(۲) تھائروٹروفین جو درقیہ کے فعل پر اقتدار رکھتا ہے۔

(۳،۴،۵) تین ہارمون جو جنسی غدودوں کی فعلیت کی تنظیم کرتے ہیں ان کو ''گونیڈوٹروفینز'' کہتے ہیں چھٹا ہارمون جو جسم کی طبعی بڑھوتری اور نشو ونما کے لیے ضروری ہے اور تمام جسمانی اعضا پر اثر انداز ہوتا ہے اسے ''ہارمون بالیدگی'' کہتے ہیں۔ اگر کسی بالغ انسان میں یہ ہارمون بالیدگی غیر معمولی طور پر زیادہ پیدا ہو جائے تو اس کے جسم کی ہڈیاں بالخصوص ہاتھ پاؤں (جوارح) اور چہرے کی ہڈیاں بھدے طور پر بڑھ جاتی ہیں اور نرم بافتوں (ہاتھ پاؤں اور چہرے کی ساختوں) کی بڑھوتری بھی بہت زیادہ ہو جاتی ہے جس سے انسان کا جسم بالکل بھدا اور کریہہ نظر آتا ہے۔ بالغوں کی ایسی زیادہ اور بے قاعدہ بالیدگی جسم ایک مرضی حالت ہے جسے ''ایکرومیگلی'' (ACROMEGALY) (ہاتھ پاؤں کا بڑا اور موٹا ہو جانا) کہتے ہیں۔ اگر بچپن میں یہ ہارمون بالیدگی غیر معمولی زیادتی کے ساتھ پیدا ہوتا رہے تو بچے کے بدن کے تمام حصے باقاعدگی اور یکسانیت کے ساتھ بے حد بڑھ کر اس کا قد وقامت ''دیو پیکر'' ہو جاتا ہے۔ اس مرضی حالت کو ''جائینٹزم'' یا عفریتت

کہتے ہیں۔ حیوانی تجربات سے ثابت ہوا ہے کہ اگر غدہ نخامیہ کے اگلے حصے کو کاٹ کر نکال دیا جائے تو جانور چندروز میں مر جاتا ہے لیکن اگر صرف پچھلے حصے کو نکال دیا جائے تو جانور زندہ رہتا ہے۔ اس سے ثابت ہوتا ہے کہ اگلا حصہ بقائے حیات کے لیے نہایت اہم اور ضروری ہے۔

۲) پچھلا حصہ تشریح اور افعال کے لحاظ سے اگلے حصے سے بالکل مختلف ہوتا ہے۔ اس پچھلے حصے سے ایک ایسی چیز پیدا ہوتی ہے جو پیشاب کی مقدار کو منظم رکھتی ہے (تجربات سے اندازہ کیا گیا ہے کہ پیشاب کی مقدار کو منظم رکھنے والی اس چیز کا افراز دماغ کے بعض خاص رقبوں کے زیر اقتدار ہوتا ہے) پھیکی ذیابیطس (DIABETES INSIPIDUS) میں مریض کو بہت زیادہ پیاس لگتی ہے وہ بہت زیادہ پانی پیتا ہے پھر بھی اس کی پیاس نہیں بجھتی اور پیشاب بھی بہت آتا ہے (لیکن ذیابیطس یا میٹھی ذیابیطس کے برعکس اس کے پیشاب میں شکر خارج نہیں ہوتی۔ پھیکی ذیابیطس غیر شکری ہوتی ہے۔ اسے یاد رکھنا چاہیے) جب پھیکی ذیابیطس کے مریضوں کے غدد نخامیہ کا امتحان کیا گیا تو پچھلا حصہ ناقص یا کم وبیش تباہ شدہ پایا گیا۔ بعض دوسری حالتوں میں دماغ کے ممتاز وجداگانہ رقبے جو نخامیہ کے پچھلے حصے سے متصل تھے ان میں مضرت یا خرابی پائی گئی۔ جب پھیکی ذیابیطس کے مریضوں کو نخامیہ کے پچھلے حصہ کا خلاصہ (پچکاری کے ذریعے سے) دیا گیا تو ان کی تمام مرضی علامات میں فوری تخفیف پائی گئی۔ پیاس کی شدت کم ہوگئی، پیشاب کم آنے لگا۔ اس کے برعکس جب تجرباتی چوہوں میں نخامیہ کے پچھلے حصے کو کاٹ کر نکال دیا گیا تو ان چوہوں میں پھیکی ذیابیطس کی علامات پیدا ہوگئیں۔ اسی طرح جب چوہوں کے بعض متصلہ دماغی رقبے تباہ کر دیئے گئے تو ان میں بھی پھیکی ذیابیطس پیدا ہوگئی (اس سے یہ ثابت ہوگیا کہ پیشاب کی مقدار کو منظّم رکھنے والی شے کا افراز جو پچھلے حصے سے ہوتا ہے، وہ انہیں دماغی رقبوں کے زیر اقتدار ہے) مزید برآں غدہ نخامیہ کے پچھلے حصے کے خلاصے میں دو اور اہم اجزا یا کیمیائی مرکبات موجود ہوتے ہیں ایک پٹریسین (PETRESSIN) جو پھیکی ذیابیطس کی علامت کو دور کرنے میں نہایت قوی اثر رکھتی ہے۔ دوسرا مرکب پٹوسین (PITOSIN) جو رحم کو سکیڑتا ہے اور زچگی کے درد پیدا کرنے میں مد ہوتا ہے۔ خلاصہ مجموعی حیثیت سے غدہ نخامیہ جسم کی بالیدگی اور نشوونما کے لئے ضروری ہے۔ اگر اس کے رس میں کمی ہوجاتی ہے تو جسم چھوٹے قد کا رہ جاتا ہے اور اگر اس میں زیادتی ہوجائے تو جسم بڑا بھدا ہوجاتا ہے۔ جب انسان میں غدہ نخامیہ کا نشوونما رک جاتا ہے تو جسمانی اور عقلی ترقی مسدود ہو کر طفلانہ حالت (تصبیّ INFANTALISM) پیدا ہوجاتی ہے، جس میں تناسلی نشوونما بھی ناقص یا مسدود ہوجاتی ہے اور جسم میں چربی زیادہ پیدا ہونے لگتی ہے اور پھیکا (بے شکر) پیشاب زیادہ آنے لگتا ہے۔

خصیتین

خصیے وہ دو بیضاوی غدود ہیں جن میں منی اور کرم منی (منی کے کیڑے یا حوینات منویہ) بنتے ہیں۔ انڈے کی سفیدی کی طرح سیال منی میں یہ کرم تیرتے رہتے ہیں۔ یہ ایک شکن دار کھال کے اندر دو ڈوریوں (معالیق الخصیہ) سے لٹکے رہتے ہیں۔ خصیوں کا درجہ حرارت یکساں رہنا بہت ضروری ہے۔ اسی لیے یہ گرمی کے موسم میں لٹک جاتے اور جاڑوں میں سکڑ جاتے ہیں۔ خصیہ تقریباً ایک اونس وزنی، ایک انچ لمبا اور آدھا انچ موٹا ہوتا ہے۔ بایاں خصیہ دائیں خصیے سے کچھ بڑا اور زیادہ لٹکا ہوا ہوتا ہے۔ منی خون سے پیدا ہوتی ہے اور سن بلوغ کے بعد برابر پیدا ہوتی رہتی ہے اور شہوت کے وقت اس کی پیدائش تیز ہو جاتی ہے۔ خصیوں کو نکال دینے سے تولید و تناسل کا سلسلہ منقطع ہو جاتا ہے۔ شباب اور مردانگی کے سارے اثرات خصیوں میں پیدا ہونے والی رطوبات کے رہین منت ہوتے ہیں۔ خصیوں میں مادہ منویہ کے علاوہ ایک اور قسم کی رطوبت بھی تیار ہوتی ہے۔ جسم میں جنسی تبدیلیاں، مثلاً لڑکے کی آواز کا بھاری ہو جانا، ڈاڑھی مونچھ کا نکلنا، بغل اور زیر ناف بالوں کا نکلنا اور دیگر مردانہ تبدیلیاں اسی رطوبت کی پیدائش کی وجہ سے ظہور میں آتی ہیں۔ یہ رطوبت چودہ برس کی عمر میں پیدا ہونا شروع ہو جاتی ہے۔ اس اعتبار سے خصیتین مردانہ خصائص کے لئے جسم انسانی میں نہایت اہم مقام رکھتے ہیں اور حقیقت یہ بھی ہے کہ خصیتین کی رطوبتیں جسم کے دوسرے غدود کے افعال کو بیدار کرتی ہیں، اس طرح جسم انسانی کی چستی باقی رہتی ہے۔

عدم حوین منوی

آج کے دور میں مادہ منویہ میں حونیات کا عدم، یا ان کی کمی یا ان کا ضعف کافی لوگوں کے لئے وجہ پریشانی ہے اور موجب بے اولادی بنا ہوا ہے۔ اس کے اسباب متعدد و مختلف ہیں اگر حوین منوی قطعی طور پر موجود نہ ہوں تو اس کا علاج اطمینان بخش نہیں ہے۔ لیکن اگر موجود ہیں مگر کم ہیں اور ناتواں ہیں تو مندرجہ ذیل نسخہ ایک ماہ سے تین ماہ تک مسلسل استعمال کرانے سے مسئلہ حل ہو جاتا ہے۔

ھوالشافی

صبح	تامینا ۱۰ گرام	ہمراہ شیر گاؤ
بعد غذا	حب عنبر مومیائی ۱۔عدد	ہر دو وقت
شب	معجون آرد خرما ۱۰ گرام	

موسم کی مناسبت سے اور زیادہ تقویت و فرحت کے لئے سرما میں ماءاللحم مرتکز ۲ چمچے صبح کو دودھ کے ساتھ اضافہ کر سکتے ہیں اور گرمیوں میں عرق عنبر مرتکز کے ہمراہ دیجئے۔

تامینا

اعادہ شباب کا قوت بخش مرکب

ترکیب استعمال: ایک چائے کے چمچے بھر یہ معجون دن میں صرف ایک مرتبہ ناشتے کے ساتھ یا رات کو سوتے وقت استعمال کی جائے۔

شربت فولاد

افزائش خون اور چہرے کی تازگی و شادابی کے لئے ہمدرد کا مفید ٹانک شربت فولاد۔ ہمدرد کا شربت فولاد چہرے پر خون کی تمتماہٹ، تازگی و شادابی کا دوسرا نام ہے۔

نیوبا

بچپن سے بڑھاپے تک کی طویل رہ گزر میں کوئی منزل اور کوئی مرحلہ ایسا نہیں جسے قوت وتوانائی کے بغیر طے کیا جا سکے۔ عمر کا جادہ صحراؤں اور ریگستانوں سے گزر رہا ہو یا خوبصورت وادیوں اور مرغزاروں سے۔ قوت اور توانائی ہی وہ چیز ہے کہ جو زادِ سفر کے طور پر کام آتی ہے۔ یہی آگے بڑھنے کا حوصلہ دیتی ہے اور یہی راستے کے پیچ وخم سے گزر جانے کا عزم بیدار کرتی ہے۔ غرض پہلے سانس سے آخری سانس تک یہی چیز رفاقت وہم سفری کی ذمہ داریاں نباہتی ہے۔ اگر جسم طاقت کی کارفرمائیوں سے محروم ہے۔ عزائم افسردہ اور ولولے منجمد ہیں تو نوجوانی اور بڑھاپے میں کوئی فرق نہیں، کیوں کہ بڑھاپا اپنی مخصوص ناتوانی سے ہی پہچانا جاتا ہے، اور جوانی نام ہے قوت کے جوش وطوفان کا۔ اگر عہدِ شباب میں آدمی ارادوں اور جسمانی قوتوں کے اعتبار سے نحیف وناتواں نظر آئے اس کا خون جذبات اور آرزوؤں کے ولولوں سے خالی ہو اور دماغ میں ہر لمحہ ارادوں کی نئی دنیا آباد نہ ہوتی ہو تو نہ یہ شباب ہے اور نہ ہی بلند پروازی۔ ہمت بلند تن درستی کی دین ہے' اس تندرستی کی جو بدن کے پورے نظام کو اپنے اقتدار میں لے کر اس کی پیچیدہ مشین کو دن رات گردش میں رکھتی ہے، اور اس طرح خون کی پیداوار سے لے کر زہریلے مادوں کے رفع ہونے تک کا ایک لامتناہی سلسلہ ہر آن جاری رہتا ہے۔

ایک زمانہ تھا جب بدنی طاقت کی فرماں روائی تھی۔ دنیا کے تمام مسائل کا حل اس کے ذریعہ سے کیا جاتا تھا اور وقت کے مطالبات رستم واسفندیار زبسکو اور گاما کی تخلیق کرتے تھے۔ پھر یہ صورت حال بدلی اور سماج کے تقاضوں نے بڑے بڑے سائنس داں اور دانش ور پیدا کئے، جن کی دماغی طاقتوں نے زمین اور آسمان کی طنابیں کھینچ دیں، چاند اور سورج کی بلندیوں کو اپنے آگے سرنگوں کرلیا اور خلا کی تسخیر کے کام یاب منصوبے بناڈالے۔ بہر حال طاقت جسمانی ہو یا دماغی، آدمی اسی کا محتاج ہے، اس کے سارے مسائل کا حل اس پر موقوف ہے اور ان دونوں طاقتوں پر تن درستی کی بالادستی بھی مسلم ہے۔ دماغی طاقتوں کا بھرپور مظاہرہ اسی وقت ہوسکتا ہے جب بدن میں وہ توانائی موجود ہو جو صحت مندی کے آبشار سے ابل کر اوپر آئی ہے۔ بلند زندہ اور عزائم سے بھرپور دماغ کسی ایسے جسم میں رہ نہیں سکتا جو بیماری اور اس کے نتیجے میں کمزوری وناتوانی کا شکار ہو۔ قوت ہی ترقی، فتح مندی اور نصرت وکامرانی کی بنیاد ہے، وہی شہرت و ناموری اور عظمت کا پرچم بلند کرتی ہے۔

مجلس تجربات ہمدرد، تحقیقی معمل ہائے ہمدرد اور مجلس تحقیق کا طریقہ کار یہ رہا ہے کہ بنیادی طور پر اعضائے رئیسہ کے افعال کی اصلاح کی جائے، کیوں کہ درحقیقت اگر یہ اعضا درست ہوں تو نظام ہائے جسم میں توازن برقرار

رکھا جاسکتا ہے۔ مثلاً جوانی اور زندگی کو انحطاط لاحق ہے تو محض کوئی ہارمون داخل جسم کر کے وقتی تحریک تو ضرور پیدا کی جاسکتی ہے لیکن حقیقی فائدہ اسی وقت ممکن ہے جب سارے جسمانی نظام کے افعال کو احتیاط و توازن کے ساتھ بیدار کیا جائے۔

ہمدرد نے ''نیوبا'' کی ترکیب میں اس اصول کو پیش نظر رکھا ہے، اس لئے ''نیوبا'' ان تمام مقوی ادویہ سے بہتر اور محفوظ دوا ہے جو اب تک بنتی رہی ہیں۔ نیوبا ایک طرف دل و دماغ کو تازہ، شاداب اور جوان رکھتی ہے دوسری طرف جگر اور معدے کی سستی اور ان کے نقائص دور کر کے تن درست، جان دار اور سرخ خون کی پیداوار میں اضافہ کرتی ہے۔ اسی کے ساتھ جنسی مراکز کی غذا میں بہترین خون صرف کر کے انہیں مستعد و متحرک رکھتی ہے اور ان کے اضمحلال کو دور کرتی ہے۔

نیوبا دماغ کی شرائین میں خون پہنچا کر دماغی قوتوں خاص طور پر ضعف حافظہ اور دوسری دماغی قوتوں کی کمزوریوں کا ازالہ کرتی ہے۔ یہ اعصاب اور عضلات کو تھکن سے محفوظ رکھتی ہے اور انسان کو جسمانی اور دماغی اعتبار سے پر جوش اور سرگرم بنا دیتی ہے۔ درحقیقت طاقت ایک برقی تموج ہے جس کے مظاہر مختلف ہیں۔ کبھی وہ دماغی قوتوں میں اپنے کرشمے دکھاتا ہے، کبھی جسمانی اعتبار سے آدمی کو امتیاز بخشتا ہے اور کبھی جبلی طاقتوں کو جوش سے بھر دیتا ہے، اور اس میں یہ قوت بھی ہے کہ ان تینوں جگہ ایک ساتھ اپنا جلوہ دکھا سکے۔ ''نیوبا'' ہمدرد لیبارٹریز کی فنی کاوشوں اور علمی تحقیقات کا وہ مظہر ہے جو بدن، دماغ اور رجولیت پر یکساں اثر کرتی ہے، یہ اس نظام کو اپنی گرفت اور اقتدار میں رکھتی ہے۔

''نیوبا'' بنیادی طور پر انسان اور اس کے جسمانی قلعے کو بیماریوں کے حملوں سے بچا کر تن درستی کی فضا برقرار رکھتی ہے جس کے نتیجے میں جسم سے قوت اور طاقت کے آبشار ابلتے ہیں اور ضعف، عام کمزوری ضعف دماغ اور ضعف اعصاب باقی نہیں رہتا۔

حب المسک 93

یہ گولیاں مشک، عنبر، مروارید، یاقوت اور اسی قسم کے قیمتی اجزاء سے بنائی جاتی ہیں۔ یہ مراکز عصبیہ کو بجلی کی سی تیزی سے بیدار اور ہوشیار کر دیتی ہیں اور پہلے مرکز اول میں تحریک نمایاں کرتی ہیں پھر صلبی مرکز اعصاب کو نعوظ اور ہیجان پر آمادہ کر دیتی ہے۔ اس عمل میں تقریباً دو گھنٹے صرف ہوتے ہیں۔ اس کے بعد عضو مخصوص کے جسم اسفنجی اور جسم اجوف نیز وریدوں اور شریانوں کو اجزائے نعوظ، روح اور خون سے پر کر دیتی ہیں اور عضلہ ناصبۃ القضیب کو سخت کر دیتی ہیں، جس کے نتیجے میں انتشار کامل ہو جاتا ہے۔

ترکیب استعمال: جماع سے دو گھنٹے پہلے ایک گولی عرق گلاب نمبر۱ ۶۰ ملی لیٹر یا عرق عنبر ۶۰ ملی لیٹر یا محض دودھ کے ساتھ کھائیں تقویت باہ کے لئے ایک گولی روز ۲۰ دن تک مسلسل استعمال کی جاسکتی ہے۔

حب خاص

یہ گولیاں مراکز اعصاب کے نقائص کو رفع کر کے اعضائے تناسلیہ پر اثر انداز ہوتی ہیں اور عصب راجع (ویگس نرو) سے معدے میں جو فتور واقع ہوتا ہے اس کو رفع کر کے بھوک لگاتی ہیں۔ اعصاب شرکیہ کے افعال کو تیز کر کے آلات ہضم کی اصلاح کرتی ہیں۔ اعصاب نخاعی کو قوی کر کے باہ بڑھا دیتی ہیں۔ عضو مخصوص کی طرف اجزائے نعوظ، خون، روح اور ریح کو بہ افراط متوجہ کر کے کامل نعوذ پیدا کرتی ہیں۔ بہترین مقوی اعصاب اور بہترین مقوی باہ ہیں۔

ترکیب استعمال: ایک گولی دودھ کے ساتھ (اگر ممکن ہو ۶۰ ملی لیٹر عرق عنبر دودھ میں اضافہ کر کے) کھلائیں ۲۰ گولیوں کے بلسٹر پیکنگ میں دستیاب ہے۔

حب عنبر مومیائی

تقویت باہ کے لئے یہ گولیاں نہایت مفید ہیں۔ نوجوانی کی غلط کاریوں سے اعضائے تناسل اور اعضائے رئیسہ میں جو ضعف آجاتا ہے اسے رفع کرتی ہیں۔ دراصل ان گولیوں کا اثر اعصاب پر ہوتا ہے۔ مقوی اعصاب ہونے کے ساتھ ساتھ ان کو توازن و تناسب کے ساتھ بیدار بھی کرتی ہیں۔ اعضائے تناسلہ کو نعوظ و ہیجان کے لئے آمادہ کر کے اجزائے نعوظ خون، روح اور ریح) کافی مقدار میں عضو کے جسم اسفنجی اور جسم اجوف کی طرف دوڑا دیتی ہیں۔ بڑی اچھی دوا ہے اور طب یونانی کا مشہور و معروف فارمولا ہے۔

ترکیب استعمال: ایک گولی صبح اور ایک رات دودھ کے ساتھ کھائی جاتی ہے۔ دو گولیاں بھی کھائی جاسکتی ہیں۔ جماع کے بعد ایک یا دو گولیاں کھا لینے سے کمزوری نہیں ہونے پاتی۔

۲۰ گولیوں کے بلسٹر پیکنگ میں دستیاب ہے۔

حب نشاط

یہ گولیاں اعلا درجے کی مقوی و ممسک ہیں۔ سرعت کی شکایت دور کرتی ہیں۔ لذت و تفریح کا سامان بھی ہیں۔ جریان کو دور کرتی اور باہ کو قوت دیتی ہیں کسی قسم کا نقصان نہیں کرتیں۔ جیسا کہ اس مطلب کی دوسری ادویہ کرتی ہیں۔ کوئی نشے کی چیز اس کا جز نہیں اپنے مطلب کی اعلا درجے کی چیز ہے۔ ایک ہی مرتبہ کا تجربہ اس

کی خوبیوں کو ظاہر کردے گا۔ بازاری ممسک دواؤں میں نہ معلوم کیا کیا شامل ہوتا ہے، لیکن نشے کی چیزیں ہر حالت میں خراب اور برا اثر دکھاتی ہیں "حب نشاط" اس سقم سے پاک ہے۔ ممسک کے استعمال پر واقعی اور جائز ضرورت سے جو لوگ مجبور ہیں۔ان کے لئے بے ضرر اور مفید دوا ہے۔

ترکیب استعمال: وقت خاص سے ایک گھنٹہ پیشتر ۲ گولیاں دودھ کے ساتھ استعمال کریں۔

۲۰ گولیوں کے بلسٹر پیکنگ میں دستیاب ہے

حب جواھر

ان گولیوں میں جواہرات داخل ہیں اور جواہرات کے جو خواص ہیں وہ تمام ان سے حاصل ہوتے ہیں اعضائے رئیسہ کو قوت حاصل ہوتی ہے۔ مراکز اعصاب اور دماغ کے حسی حرکتی اور ذہنی رقبات ان کے استعمال سے قوی ہوجاتے ہیں۔ دماغ کے ایک خاکی مادے کے افعال میں ترقی ہوتی ہے۔ اعصاب شرکیہ کے ذریعہ سے تغذیہ وتسیمہ کی قوتوں پر "حب جواہر" نہایت اچھا اثر ڈالتی ہے۔ قلب اور سر کی کواڑیوں اور بطون کے افعال کو اعتدال پر لاتی ہے۔

ترکیب استعمال: ایک گولی پانی یا عرق گلاب نمبر ا، یا عرق عنبر ۶۰ ملی لیٹر کے ساتھ صبح شام کھائیں۔

۲۰ گولیوں کے بلسٹر پیکنگ میں دستیاب ہے

مثالی

کثرت احتلام کی کامیاب دوا۔ پیشاب کی نالی میں کسی خراش کی وجہ سے سوزش ہوجاتی ہے اس سے احتلام ہونے لگتے ہیں۔ اکثر مریض کسی بری عادت کی وجہ سے ذکاوت حس یعنی حس کی تیزی میں مبتلا ہوجاتے ہیں اوران کو ذراسی تحریک یا رگڑ سے احتلام ہوجاتا ہے۔ ایسے ہی مریضوں کے لئے مثالی بنائی گئی ہے۔ یہ مسکن ہے۔ اعضا میں تخدیر پیدا کرتی ہے، اس لئے احتلام رک جاتے ہیں۔ جو معالج ضروری سمجھتے ہوں کہ ضعف باہ کا علاج کرنے سے پہلے مریض کے اعصاب کی ذکاوت حس کو دور کردیں، وہ ایسے موقعوں پر "مثالی" اپنے مریضوں کو دے سکتے ہیں۔ مجرب چیز ہے۔ ۲۰ قرص کا پیکنگ

قرص جریان

ہمدرد مطب میں ان قرصوں کو لاتعداد مریضوں پر آزمایا گیا اور اکثر حالات میں انہوں نے مایوس مریضوں کو دیمک کی طرح کھا جانے والے مرض جریان سے نجات دلائی۔ دراصل یہ قرص ہزار ہا مریضوں پر تجربہ کرکے اور پھر ترمیم وتنسیخ کے بعد بھی ہزار ہا مریضوں پر آزما کر تیار ہوئے ہیں۔ اور اب یہ تیر بہدف ہیں اوران کو

پورے اطمینان اور بھروسے کے ساتھ استعمال کیا جا سکتا ہے۔
ترکیب استعمال: نہایت سادہ۔ چار قرص صبح دودھ کے ساتھ یا رات کو سوتے وقت دودھ یا پانی کے ساتھ کھائیں۔۵۷ قرص کا پیکنگ

لبوب اعظم

اعضائے مولدہ میں حدت بڑھ جانے یا ان کے فعل میں کسی وجہ سے خرابی آ جانے کی صورت میں قوام میں فرق آ جاتا ہے اور رطوبت منویہ پتلی پڑ جاتی ہے۔ لبوب اعظم اعضائے مذکورہ کو قوت پہنچاتا ہے۔ اور ان کو اعتدال پر لاتا ہے۔ غدہ قدامیہ کو قوت دیتا ہے اور اسی لیے امساک کی قوت کو اعتدال پر رکھتا ہے۔ اس میں قوت دینے والے اجزا بھی شامل ہیں، مثلاً تودری زرد اور ثعلب مصری، مشک اور زعفران وغیرہ، اس لئے یہ مقوی بدن ہے۔ ہاضمے پر اس کا برا اثر نہیں پڑتا کیوں کہ مصلح اجزا ساتھ ہیں۔ قوت باہ کو قائم رکھتا ہے۔ اسے ہر موسم میں اطمینان سے استعمال کرایا جا سکتا ہے۔ اطبا اور وید صاحبان اپنے مریضوں کو استعمال کراتے ہیں۔
۵۰ گرام اور ۱۰۰ گرام کے پیکنگ میں دستیاب ہے

لبوب کبیر

گھریلو چڑوں کے دماغ، قیمتی ادویہ اور مشک وغیرہ کا مرکب ہے۔ مرکز اعصاب اور دماغ نیز دل کو طاقت دیتا ہے۔ آلات تناسل پر محرک اثر ڈال کر باہ بڑھاتا ہے۔ خصیوں کے طبقات بیضہ، خصیوں کے چھوٹے لوتھڑوں اور انابیب المنی کو قوی کر کے مادہ تولید کی پیدائش کے عمل کو بڑھا دیتا ہے۔ گردوں اور کلاہ گردہ کے افعال کو صحیح اور تیز کرتا ہے۔ غدہ نخامیہ کے نقائص دور کرتا ہے اور اسے اپنا مخصوص جوہر پیدا کرنے پر تیار کرتا ہے۔ غرض جو رطوبتیں جوان رہنے کے لئے ضروری ہیں، وہ مہیا کرتا ہے اور جن گلٹیوں میں وہ پیدا ہوتی ہیں انہیں قوت دیتا ہے۔
ترکیب استعمال: اس کی ایک خوراک تنہا یا کشتہ طلا ۳۰ ملی گرام ملا کر صبح کھائیں، اوپر سے ہمدرد ماء اللحم ۶۰ ملی لیٹر نوش کریں یا صرف دودھ پئیں۔ مقدار خوراک بڑی عمر والوں کو ۵ گرام سے ۷ گرام تک یہ بچوں کو نہیں دیا جاتا۔
۵۰ اور ۱۰۰ گرام کے پیکنگ میں دستیاب ہے۔

معجون آردخرما

چھوہارے اور سنگھاڑے سے بنائی جاتی ہے۔ اعضائے تناسل کی حس کو کم کر کے سرعت انزال اور جریان کی شکایت دور کرتی ہے۔ باہ کو بڑھاتی ہے۔ مادہ تولید کے دونوں حصوں یعنی رطوبت منویہ اور ذرات منویہ کے

قدرتی تناسب کودرست کر کے اس کے قوام کو ٹھیک کرتی ہے۔
ترکیب استعمال: ۱۲ گرام معجون صبح کو کشتہ قلعی ۳۰ ملی گرام کے ساتھ کھائیں۔ اوپر سے دودھ پی لیں۔ تنہا معجون بھی کھا سکتے ہیں۔

معجون فلاسفہ

بابونہ اور زراوند مدحرج اور بعض مغزیات سے بنائی جاتی ہے۔ آلات تناسل کو قوت دے کر باہ اور مادہ تولید کی پیدائش کو بڑھاتی ہے۔ مثانہ اور اس کے عضلات کو طاقت دے کر بار بار پیشاب کو آنے سے روکتی ہے۔ عضلات سے گٹھیا کے مواد کو نکال کر کمر کے درد کو فائدہ دیتی ہے۔ تیزابی مادے کو خارج کر کے گٹھیا کو دور کرتی ہے۔ معدے کے طبقہ عضلیہ کو درست اور جوہر ہاضم کو بڑھا کر بھوک بڑھاتی اور غذا ہضم کرتی ہے۔ منہ کی بدبو دور کرتی ہے۔ قدرے مصفی ہے، اس لئے چہرے کے رنگ کو نکھارتی ہے۔ مقوی اعصاب ہے۔
ترکیب استعمال: رات کو سوتے وقت کھائیں۔ مقدار خوراک بڑی عمر والوں کو ۶ گرام سے ۱۲ گرام تک دیں۔

معجون شباب آور

غدۂ نخامیہ قدرت نے بھیجے کے درمیان ہڈیوں کے ایک نہایت مختصر گہوارے میں محفوظ رکھا ہے۔ جدید تحقیق کے مطابق اس سے چھے سات مختلف قسم کے کیمیائی اجزا کی تراوش ہوتی ہے۔ اس لئے اسے شاہ غدد کہتے ہیں۔ یہ کیمیائی جوہر جسم انسانی میں مختلف کام کرتے ہیں۔ ایک ہڈیوں کی بالیدگی پر نظر رکھتا ہے۔ اگر اس میں جوہر کی تراوش بند ہو جائے تو انسان بونا رہ جاتا ہے اور توالد و تناسل کی قوت باقی نہیں رہتی۔ دوسرا جوہر جنسی غدود (سیکشول گلینڈ) پر کنٹرول رکھتا ہے اور مردانہ قوت کو قائم رکھتا ہے۔ دوسرے جوہر خون کے دباؤ کو درست رکھتے ہیں ''معجون شباب آور'' غدد نخامیہ کے افعال کو سامنے رکھ کے تیار کیا گیا ہے۔ خاص قسم کی دواؤں اور جوہروں سے اس میں تاثیر پیدا کی گئی ہے کہ یہ اس غدہ کے افعال کو منظم رکھتا ہے، اسی لیے شباب اور تندرستی برقرار رکھتا ہے۔ مردانہ قوت پیدا کر کے اسے بحال رکھتا ہے۔ ۵۰ گرام کے پیکنگ میں دستیاب ہے

ملذذ عجیب

مباشرت کے وقت عصبی مرکزوں میں ہیجان پیدا ہو جاتا ہے اور حرام مغز میں عصبی پیغامات کی آمد و رفت شروع ہو جاتی ہے۔ ان پیغامات کا نتیجہ یہ ہوتا ہے کہ غدد تناسلیہ اپنی اپنی رطوبت خارج کرنے کے لیے تیار ہو جاتے ہیں۔ یہ حالت بہت لذت بخش ہوتی ہے۔ پھر فم رحم اور حشفہ کے اتصال اور تصادم سے اس لذت میں مزید اضافہ ہو

جاتا ہے اور جب حرام مغز کی طرف سے غدد تناسلیہ کو انزال کا پیغام پہنچتا ہے تو اس وقت یہ حظ اور التذ اذ درجہ کمال کو پہنچ جاتا ہے۔لیکن خاص حالات میں حشفہ یا فم رحم یا غدد تناسلیہ کی کمزوری اور نقائص کی بنا پر طرفین کو جماع سے کوئی لذت حاصل نہیں ہوتی۔ایسی صورت میں "ملذ ذعجیب" سے لطف حاصل ہو جاتا ہے۔اس کے استعمال سے حشفہ اور فم رحم کا اتصال ہونے لگتا ہے۔اور جسم اسفنجی جو سامنے کی طرف بڑھ کر حشفہ بناتا ہے اس کے اجزا سے متاثر ہو کر قبول حظ کے لیے زیادہ سے زیادہ تیار ہو جاتا ہے۔ ملذ ذعجیب مضر اجز سے پاک ہے اور بے شمار منافع کے باوجود خوشبودار بھی ہے۔حشفہ یا عنق الرحم اور رحم کے اندرونی ساخت پر ملذ ذعجیب کوئی مضرت اور نقص نہیں چھوڑتی، بلکہ ان اعضا پر ان کا کوئی مستقل اثر نہیں ہوتا۔وقتی استعمال کی چیز ہے (پرچہ ترکیب دوا کے ساتھ ہے)

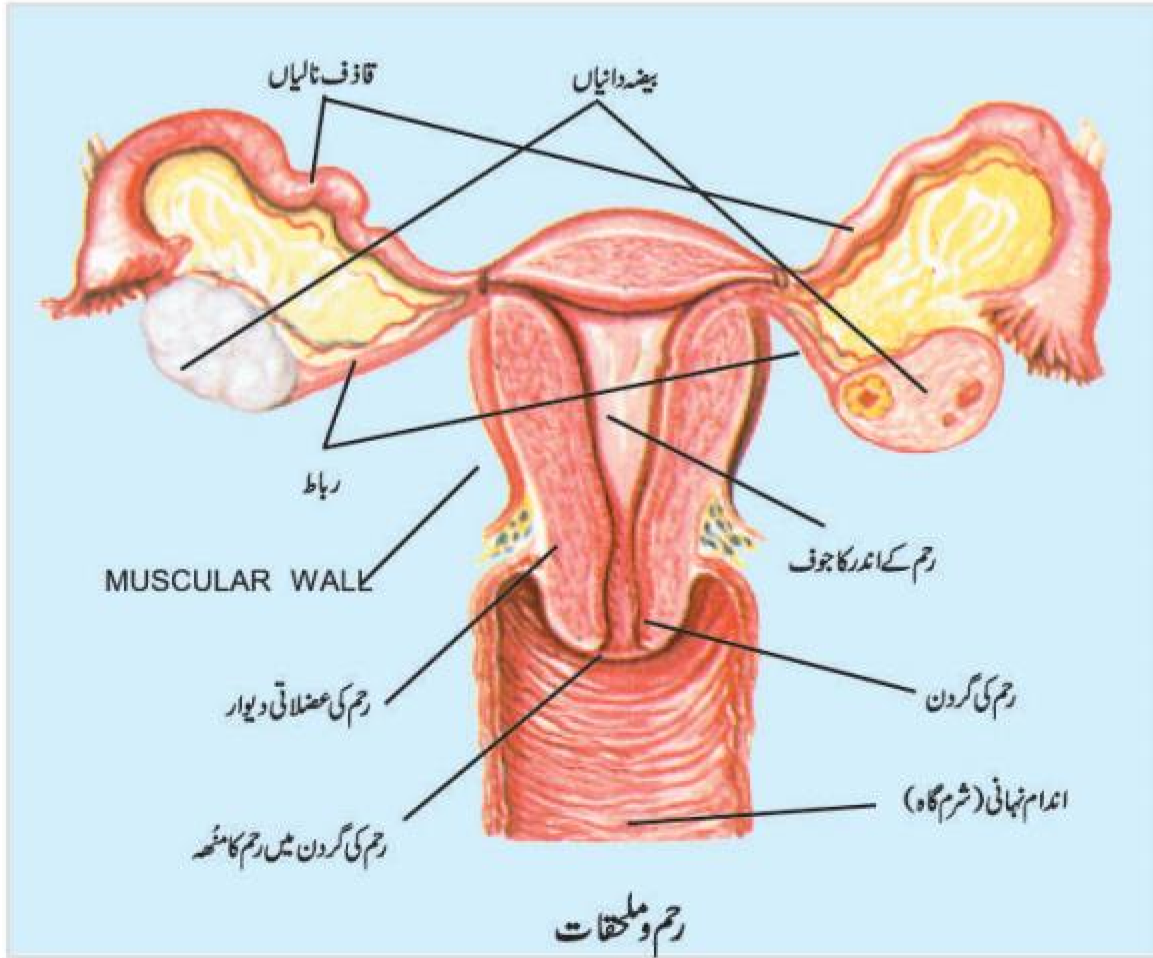
ممسک بے نظیر

یہ نہایت مقوی اور ممسک دوا ہے، جو قیمتی دواؤں مثلاً عنبر، زمرّد، مروارید اور زعفران وغیرہ سے مرکّب کی جاتی ہے۔ طبعی نعوظ (اریکشن) کے وقت قضیب کے جوف اور خانے دار اجسام میں زیادہ خون بھر جاتا ہے اور اس کے لچک دار ریشے نسیج انتصابی (ارکٹائل ٹشو) تن کر عروق وشرائن پر دباؤ ڈالتے ہیں۔یہ کیفیت اس وقت تک قائم رہتی ہے۔ جب تک وظیفہ مکمل نہیں ہو جاتا۔عضو کے بیرونی عضلات سکڑ کر اور بیرونی جلد تن کر وریدوں پر دباؤ ڈالتے ہیں۔اس دباؤ کی وجہ سے خون واپس نہیں ہونے پاتا اور نعوذ برقرار رہتا ہے۔اگر قیمتی دواؤں سے عضلات میں قوت پیدا کر دی جائے تو یہ بالکل ممکن ہے کہ ان کا دباؤ دیر تک قائم رہے اور انزال جلد نہ ہو۔ممسک بے نظیر خاص طور پر عضلات کو طاقت بخش کر خصیتین، برنج (ایپی ڈیڈی مس) قنات، ناقلۃ المنی، اوعیہ منی، غدد قدامیہ، غدہودی کو بھی جو وظیفہ جماع کی تکمیل اور اخراج منی اور دیگر رطوبات سے قریبی تعلق رکھتے ہیں، قوت دیتی ہے اور ان میں یہ استعداد پیدا کرتی ہے کہ دیر تک سیال مولدہ کو روکے رہیں۔مخصوص طور پر عضو کے جڑ کے عضلے کو جو آلت خیز (ناصبۃ الذکر اریکٹر پینس) ہے، قوی کرتی ہے۔یہ عضلہ اپنی قوت کے باعث اپنے عضو کی جڑ کی قوتوں کو دبا کر خون روک لیتا ہے جس سے نعوذ میں کمی آنے نہیں پاتی اور لذت و امساک کی کیفیت باقی رہتی ہے۔

رحم و ملحقات

عورتوں کے اعضائے مخصوصہ میں رحم ہی سب سے اہم عضو ہے۔ بقائے نسل کی ذمے داریوں کا بڑا حصہ اسی سے متعلق ہے۔ اسی میں نطفہ قرار پاتا ہے اور پھر جنین کی شکل اختیار کر کے مقررہ وقت پر عالم وجود میں آجاتا ہے۔ بقائے نسل کی ذمے داریوں کے علاوہ عورت کی صحت بھی بہت کچھ اس عضو کی صحت سے متعلق ہے۔ اس عضو سے ہر مہینے خون کی خاص مقدار مقررہ وقت میں آتی رہتی ہے جسے حیض کہتے ہیں۔

تن درست اور نوجوان عورت میں اس عضو کی شکل کشمیری ناشپاتی کی طرح مثلث مخروطی ہوتی ہے۔ بعض عورتوں میں اس کا مخروطی حصہ کم نمایاں ہوتا ہے۔ اس وجہ سے وہ تقریباً گول نارنگی کی طرح معلوم ہوتا ہے لیکن بچپن میں تو



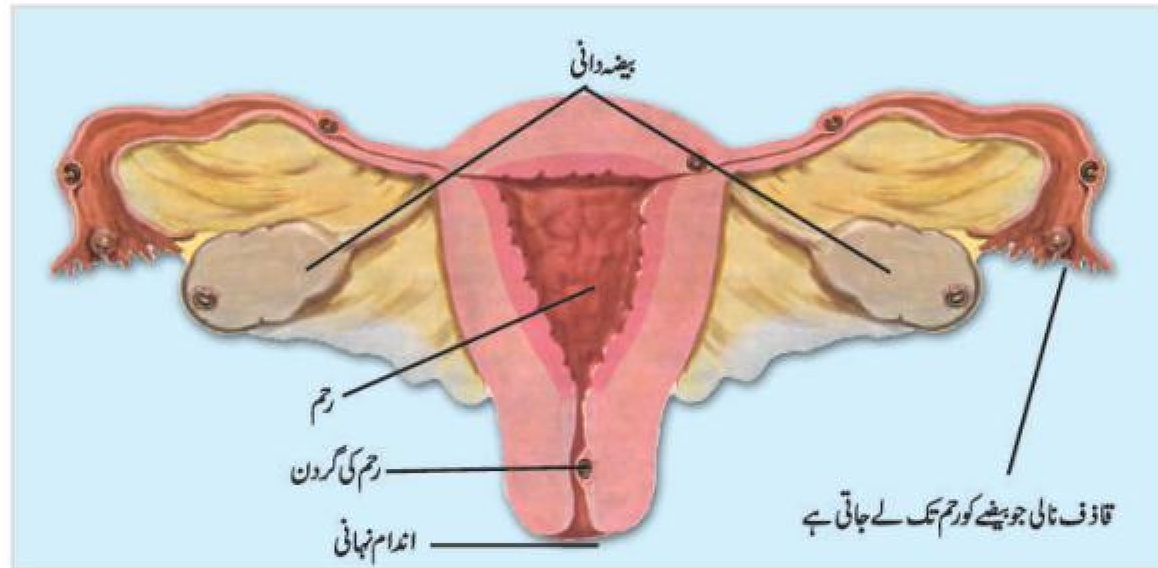
رحم وملحقات

اس کی شکل بہر حال گول ہوتی ہے۔ادھیڑ عمر میں اس کی شکل لمبی کدو دراز ہو جاتی ہے اور اس کا منہ اور لب تقریباً معدوم ہو جاتے ہیں۔اس کی شکل میں نمایاں فرق جس حالت میں پڑتا ہے وہ حالت حمل ہے۔اس وقت وہ کافی مقدار میں بڑھ کر خربوزے کی طرح لمبا اور گول ہو جاتا ہے۔اس کے علاوہ ایام حیض میں بھی رحم کی جسامت معمول سے کسی قدر بڑھ جاتی ہے۔جنینی حالت میں رحم کا جسم برائے نام ہی ہوتا ہے لیکن اس کی ساخت میں وہ تمام اجزا پائے جاتے ہیں جو ابتدائے عمر اور جوانی کی عمر میں پائے جاتے ہیں۔بچپن میں رحم کے جسم کی افزائش دیگر اعضا کی نسبت ذرا سست ہوتی ہے لیکن سن بلوغ میں اس کی جسامت تیزی سے بڑھ جاتی ہے۔صحت کی حالت میں نوجوان عورت کے رحم کی لمبائی تقریباً تین انچ اور چوڑائی دو انچ اور دبازت ایک انچ ہوتی ہے اس کا وزن تین تولے تک ہوتا ہے۔

رحم کا مقام اور قیام

نوجوان اور غیر حاملہ عورت کے رحم کا اصلی مقام جوف عانہ کا حوض صادق ہے۔اسی حوض کے تقریباً وسط میں رحم قیام پذیر رہتا ہے۔اس کے سامنے مثانہ اور مجری بول، پیچھے معائے مستقیم اور دائیں و بائیں نصیبۃ الرحم اور قاذف نالیاں وغیرہ ہوتی ہیں۔رحم کی وضع قیام یہ ہے کہ قاع الرحم (رحم کا پیندا جو اوپر کی طرف ہوتا ہے) جوف عانہ صادق کی بالائی حد سے کسی قدر نیچا رہتا ہے۔اس کا رخ اوپر اور سامنے رہتا ہے۔

رحم کا جسم نیچے اور پیچھے کی طرف مائل ہے اور جسم کی گردن (عنق الرحم) اور فم رحم کا رخ بھی نیچے اور پیچھے کو ہوتا ہے۔رحم کی گردن اندام نہانی میں چاروں طرف سے پیوست رہتی ہے اور رحم کا جسم گرد و پیش کے اعضا سے ڈھیلے رباطات کے ذریعے بندشوں میں رہتا ہے۔یہ بندشیں رحم کو بالکل ہی جکڑ نہیں دیتیں بلکہ رحم اچھی طرح



حرکت کرتا رہتا ہے۔ اگر یہ حرکت نہ ہو تو حمل وغیرہ کی حالت میں کافی پیچیدگی پیدا ہو جاتی ہے۔
رحم کی وضع قیام میں مثانہ اور معاء مستقیم کے خالی اور بھرے ہونے سے کافی اثر پڑتا ہے۔ اگر مثانہ خالی ہو اور آنت بھری ہوئی ہو تو رحم معمول سے کچھ آگے ہوتا ہے۔ اسی طرح آنت خالی ہو اور مثانہ بھرا ہوا ہو تو رحم کچھ پیچھے ہو جاتا ہے۔ اگر دونوں ہی اعضا مملو ہوں تو رحم کچھ اوپر ہو جاتا ہے جہاں اس کے لیے پہلے ہی سے انتظام موجود ہے اور دونوں اعضا کے خالی ہونے کی صورت میں کم وبیش اپنی جگہ پر ہوتا ہے یا کچھ نیچے کو مائل رہتا ہے۔

خصیتہ الرحم

یہ دو چھوٹی چھوٹی بادامی رنگ کی گلٹیاں ہیں جن کا طول جوانی میں ایک سے ڈیڑھ انچ اور عرض تقریباً پون انچ اور دبازت تہائی انچ سے نصف انچ تک ہوتی ہے اور وزن سات آٹھ ماشے ہوتا ہے۔ ہر خصیتہ الرحم کے رباط عریض کے پچھلے حصے کے اندر اور قاذف کے بیرونی سرے کے پیچھے اور قدرے نیچے واقع ہوتا ہے اور اندرونی جانب ایک ڈیڑھ انچ لمبے رباط کے ذریعہ رحم سے بندھا رہتا ہے اور بیرونی جانب ایک چھوٹی سی ڈوری کے ذریعے قاذف کے جھالردار جزو سے ملتا ہے، اس کا اگلا کنارہ رباط عریضی کی اگلی چنٹ کی پچھلی سطح سے اتصال رکھتا ہے اور پچھلا محدب کنارہ اور بالائی زیریں سطح آزاد ہوتی ہے۔
جوانی میں خصیتہ الرحم جوف عانہ صادق کے اندر اور رحم کے دائیں بائیں اس طرح قیام پذیر ہوتے ہیں کہ دایاں خصیہ چھوٹی آنتوں کے چند پیچوں کے پیچھے رہتا ہے اور بایاں خصیہ معاء مستقیم کے سامنے رہتا ہے لیکن یہ وضع قیام ہمیشہ یکساں نہیں رہتی۔ حمل کے دنوں میں رحم کی جسامت بڑھوتری کے ساتھ یہ جانبین کی طرف سرک جاتے ہیں اور حمل کے آخری مہینوں میں جب رحم جوف عانہ صادق سے نکل کر اوپر جوف شکم میں اپنے لیے مستعار جگہ حاصل کرتا ہے اس وقت اس کے ساتھ خصیتہ الرحم بھی اوپر پہنچ جاتے ہیں۔

رحم

عورتوں کے اعضائے تناسل میں رحم اور خصیتہ الرحم کو خاص اہمیت حاصل ہے کیونکہ یہ دونوں عورت کے وجود کے اصل مقصد (جو تولید وقیام جنس سے تعلق رکھتا ہے۔) کے سب سے بڑے خدمت گار ہیں۔ رحم خصیتہ الرحم کے بھیجے ہوئے اہم اجزا کو قبول کرتا ہے۔ اس کے بعد وہ ان کو فطرت کی ودیعت کی ہوئی استعداد سے پرورش کر کے بالآخر ایک معینہ مدت میں ایک جان دار اور متحرک وجود ہمارے سامنے پیش کر دیتا ہے۔ یہ تو ہوا رحم کا بین الاقوامی فعل یا وظیفہ اور عورت کے جسم کی قومی سلطنت میں یہ وزیر حفظ صحت کے عہدے پر فائز ہے۔ ان دوگونہ امتیازات نے اس کی اہمیت کو بالکل واضح کر دیا ہے۔

خصیتہ الرحم

دونوں خصیتہ الرحم کا فعل یہ ہے کہ عورت کی رطوبت بیضہ اور اس کے خاص جو ہر مولدہ کو جسے بیضتہ النسا کہتے ہیں، پیدا کرتے ہیں۔ یہ رطوبت بیضتہ النسا حویصلات بیضہ میں محفوظ ہوتی ہے۔ یہ حویصلہ پختہ ہوجانے پر پھٹ جاتا ہے اور رطوبت و بیضہ قاذف نالیوں کے ذریعے رحم میں پہنچ جاتے ہیں۔

پستان

یہ غدودی ابھار ہیں جو آدھے آدھے کروں کی طرح سینے کے دائیں بائیں حصوں میں موجود ہوتے ہیں۔ اگرچہ پستانوں کی موجودگی صرف عورتوں ہی کے لیے مخصوص نہیں ہے بلکہ مردوں میں بھی ان کا وجود پایا جاتا ہے لیکن عورتوں میں پرورش اولاد جیسے اہم مقصد کے لیے پستانوں میں جن امتیازات اور تغیرات کی ضرورت تھی، مرد ان سے محروم ہیں۔

پستان اگرچہ براہ راست اعضائے تناسل کی صف میں شامل نہیں ہیں لیکن آخری الذکر اعضا کے تغیرات جوان میں بچپن کی عمر سے لے کر سن بلوغ تک اور پھر سن بلوغ سے شادی ہونے تک اور شادی کے بعد استقرار حمل پھر وضع حمل اس کے بعد ایام رضاعت سے لے کر دودھ چھڑوانے تک مزید برآں سن یاس تک واقع ہوتے رہتے ہیں ان سب تغیرات کا اثر بالواسطہ پستانوں پر پڑتا ہے، اسی لیے ان کو اعضائے تناسل کے اجزئے اضافی کہہ سکتے ہیں۔

سپاری پاک

سپاری مشہور و معروف چیز ہے۔ اس کے افعال و خواص پر ہمدرد نے عرصے تک تجربے کیے ہیں اور اس پر جدید تحقیقات بھی ہوئی ہیں ان کا غائر مطالعہ کیا ہے۔ اس کے بعد ضروری اجزا کا اضافہ کر کے ایک نفیس اور لذیذ سفوف کی شکل میں سپاری پاک تیار کی ہے۔ سپاری پاک عورتوں کے مشہور مرض سیلان الرحم (لیکوریہ) کی خاص دوا ہے، اس سے کمر کا درد بالکل جاتا رہتا ہے، کیونکہ یہ ایک طرف مقوی ہے دوسری طرف رحم کے امراض اور کمزوری کو رفع کرتی ہے۔ ہمدرد نے پرانے اور مجرب نسخے میں کوئی ترمیم نہیں کی۔ البتہ تیاری کے نقائص کی اصلاح کی ہے۔ اسی لیے یہ خراب نہیں ہوتی اور تیاری کے جدید طریقے کی بدولت اس کے اجزا کے فوائد قائم رہتے ہیں جو عام لوگوں کے طریقہ تیاری میں قطعی زائل ہوجاتے ہیں۔

ناشف

سیلان الرحم کا مرض اکثر عورتوں کو ہوتا ہے۔ سیلان کی بہت سی قسمیں ہوتی ہیں۔ ورم رحم کی وجہ سے سیلان ہوسکتا ہے، سوزاک کی وجہ سے بھی ہوسکتا ہے، ناشف صرف اس حالت میں مفید ہے جب کہ رحم میں کمزوری ہواور خون میں کیلشیم کی کمی ہو۔ خصیتین الرحم (اوویریز) کے افعال کو بھی یہ با قاعدہ کرتی ہے۔ شوہر کی کسی تکلیف کی وجہ سے عورت کی جنسی خواہش پوری نہیں ہوتی تو ایسی عورتیں بھی سیلان الرحم میں مبتلا ہو جاتی ہیں۔ ناشف ان کے لیے بھی مفید ہے۔

نی سا

نی سا دراصل کوئی نیا فارمولہ نہیں ہے بلکہ صدی سے زیادہ عرصے کا آزمودہ نسخہ ہے جس میں ہمدرد نے طویل تجربات کی روشنی میں ضروری اضافات کئے ہیں اور دواسازی کی جدید تکنیک کی مدد سے سفوف کی صورت میں پیش کیا ہے۔ سونٹھ، اسگند، موچرس، الائچی، موصلی سفید، سنا اور فلفل وغیرہ دواؤں کو خواتین کے مخصوص امراض میں زبردست اہمیت حاصل ہے۔ ان دواؤں کے موثر اجزا کو اس طرح حاصل کیا گیا ہے کہ ضائع ہونے کا امکان ہی نہ رہے اور پھر سائنٹی فک اصول پر اسے سفوف کی شکل دے دی گئی ہے۔ اس لئے نی سا خواتین کے لیے ایک موثر ترین چیز بن گئی ہے۔

حیض کی خرابیوں (بے قاعدگی، کمی یا زیادتی) ورم رحم اور سیلان الرحم (لیکوریا) کے لیے ''نی سا'' ایک نہایت موثر دوا ہے۔ یہ خصوصیت کے ساتھ رحم اور متعلقات رحم پر اثر انداز ہو کر وہاں کی بدنظمی کو رفع کرتی ہے۔ درد کمر کے لیے ایک مفید دوا ہے۔ ساتھ ہی یہ اعلا درجے کی ہاضم ہے۔ معدہ وجگر کے افعال کو درست کرتی ہے۔ نی سا خواتین کو چست اور صحت مند رکھتی ہے۔

ترکیب استعمال: حیض کی خرابیاں، صبح ایک قرص نی سا پانی کے ساتھ استعمال کرنی چاہیے۔ اگر تکلیف زیادہ ہوتو ایک خوراک رات کو بھی کھانی چاہیۓ۔ نوٹ: نی سا کے ڈبے کا ڈھکنا کھلا نہ چھوڑیۓ۔

مینوتات

رحم سے شدید جریان خون کی موثر خوردنی دوا: مینوتات ایک غیر ہارمونی مرکب ہے۔ جس کو جڑی بوٹیوں سے تیار کیا گیا ہے۔ یہ معمل ہائے ہمدرد میں سالہا سال کے تجربات اور تحقیقات کا حاصل ہے مینوتات موثر ہونے کے باوجود رحم سے شدید اور بے قاعدہ جریان خون کی قطعی بے ضرر دوا ہے۔ یہ ان تکلیف دہ نقصانات سے

بالکل مبرّا ہے جو ہارمونی مرکبات سے عام طور پر لاحق ہو جاتے ہیں۔ مطب ہائے ہمدرد میں ہزاروں مریضاؤں پر تجربات سے ثابت ہو چکا ہے کہ یہ ہارمون سے پاک مرکب قدیم طریقہ علاج کی موثر دوا ہے جو رحمی جریان خون میں مریضہ کو جراحی علاج سے بے نیاز کر دیتی ہے۔ انسان کا ہارمونی نظام اس قدر پیچیدہ ہے کہ جدید ترین معلومات بھی اس کے اسرار پر سے پردہ نہیں اٹھا سکی ہیں۔ ہمدرد نے ہارمونوں کے مسئلہ پر سال ہا سال کی جہد و کاوش کے بعد بالآخر عورتوں میں ہارمونی عدم توازن کے اسباب کا کھوج لگانے میں کامیابی حاصل کر لی ہے۔ شدید اور بے قاعدہ رحمی جریان خون جس کے اسباب مقامی ہوں یا عمومی، عام طور پر خصیۃ الرحم کے دو ہارمونوں ''ایسٹروجن'' اور پروجسٹرون'' کے عدم توازن کی وجہ سے عارض ہوتا ہے اور اس میں خصیۃ الرحم کے ساتھ غدہ نخامیہ بھی شریک ہوتا ہے۔ ہمدرد کی مینوتات ایک غیر ہارمونی دوا ہے جو نسوانی خرابیوں کی اصلاح کرتی ہے۔ یہ رحمی جریان خون کے علاج میں طب قدیم کی ایک کامیاب پیش قدمی ہے۔ کھانے میں آسان اور عمل میں سریع۔

عروسک

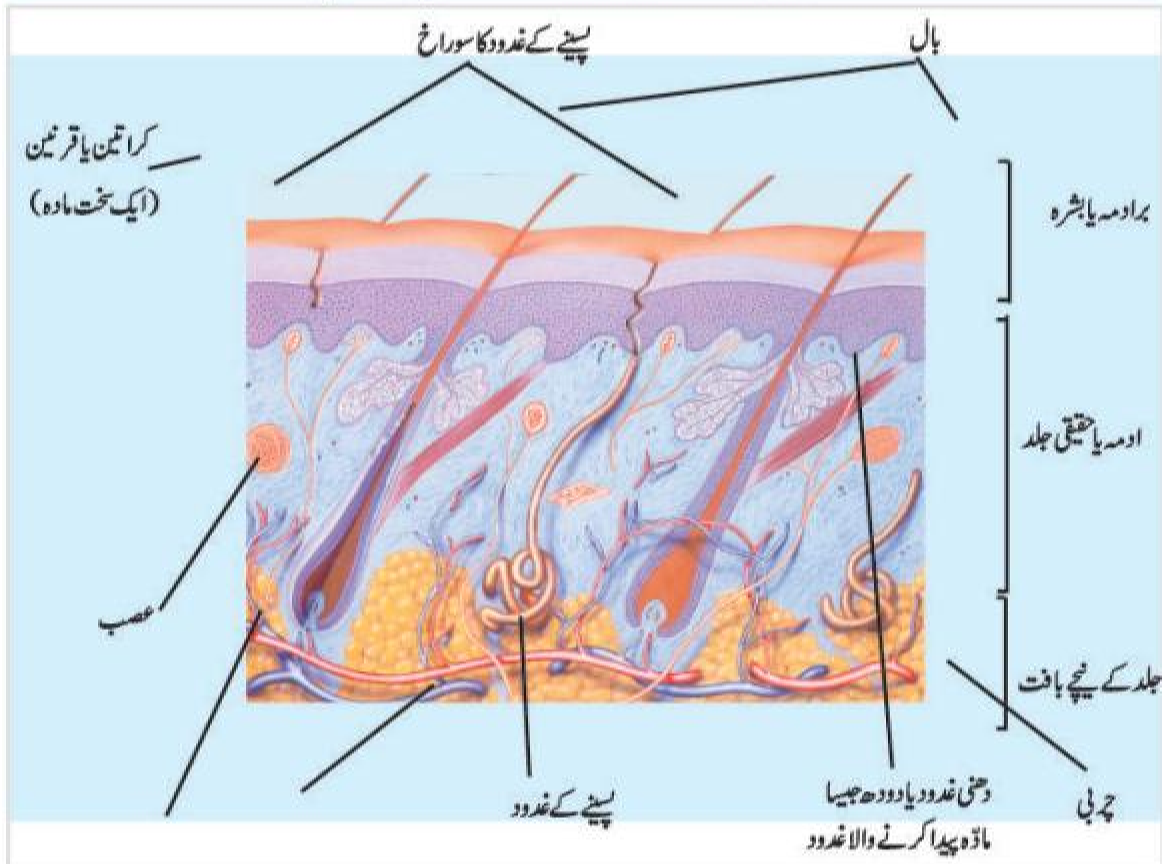
مقامی استعمال کی چیز ہے جو اندام نہانی اور رحم کی اکثر شکایتوں کے لیے تیر بہدف ہے۔ یہ اندام نہانی کے سکڑنے والے عضلات اور اس کی دیواروں کو قوی کرتی ہے۔ اور مہبل وغیرہ کی غیر معمولی رطوبت کو خشک کر دیتی ہے۔ خمل الفروج (روجیز) کے مخصوص افعال میں باقاعدگی پیدا کرتی ہے استرخا مہبل اور استرخاء رحم میں مفید ہے۔ سیلان فرجی، مہبلی، عنقی، اور بیضی کے لیے یقینی دوا ہے عروسک اعوجاج الرحم کی تمام صورتوں میں نہایت مفید ہے۔

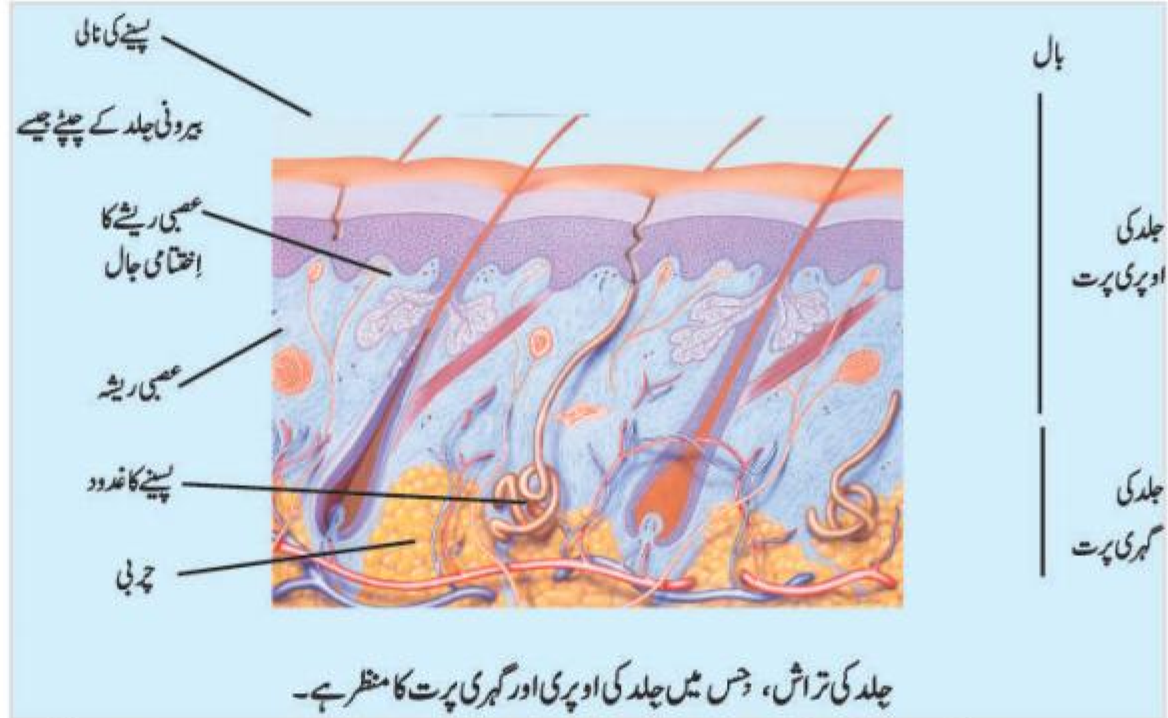
ترکیب استعمال: عروسک اسفنج یا روئی میں لگا کر استعمال کی جاتی ہے۔

جِلد کے فائدے

جلد ہمارے تمام جسم پر چڑھی ہوئی ہے۔ وہ سارے بدن کا بیرونی خلاف بناتی ہے اور اندرونی اعضا کی حفاظت کرتی ہے۔ جلد ہی ہماری قوت لامسہ (چھونے کے احساس) کا آلہ ہے۔ اگر کوئی چیز بدن کی جلد کو چھوتی ہے تو اس کی خبر جلد کے حسی تاروں (حسی اعصاب کے ریشوں) کے ذریعے دماغ کو پہنچ جاتی ہے ،مگر چھونے کا احساس ہمیں بدن کے بعض حصوں کی جگہ پر زیادہ آسانی سے اور زیادہ شدید ہوتا ہے اور بعض حصوں کی جلد سے بہت کم مثلاً ہونٹوں سے انگلیوں کے سروں سے زیادہ احساس ہوتا ہے اور ہاتھ کی پشت پر سے کم بعض حصوں کی جلد زیادہ موٹی ہوتی ہے اور اگر اس پر ایک مکھی یا کھٹمل چلے تو اس کا احساس اکثر ہوتا ہی نہیں یا بہت کم ہوتا ہے۔ بلکہ بعض پتلی جلد والے حصوں سے بھی چھونے کا احساس مختلف

ہماری جِلد --- بدن کی حفاظت کا پہلا مورچہ





جلد کی تراش، جس میں جلد کی اوپری اور گہری پرت کا منظر ہے۔

درجہ کا ہوتا ہے، یعنی کہیں سے کم اور کہیں سے زیادہ چھونے کے احساس کے علاوہ جلد سردی یا گرمی اور کسی چیز کی ہمواری ناہمواری (کھردرے پن یا چکناہٹ) نرمی یا سختی کا احساس بھی رکھتی ہے اور اگر جلد پر کوئی نوک دار چیز چبھوئی جائے تو درد کا احساس بھی ہوتا ہے۔ اگر جلد میں کوئی خراش ہوگئی یا ایک چھالا پڑ کر اس کی پپڑی اتر گئی ہو اور پھر اگر اس کچے مقام پر کسی تیز چیز (مثلاً امونیا) کے بخارات ہوا کے ذریعے لگیں تو چرچراہٹ کا احساس ہوتا ہے۔ اس سے اندازہ کیا جا سکتا ہے کہ جلد کو ہوا میں تیز بخارات کا بھی احساس ہوتا ہے۔ جلد ایک اور اہم کام بھی کرتی ہے۔ یعنی وہ پسینے کے ذریعے ہمارے بدن کے بعض فضلات کو بھی باہر نکال دیتی ہے۔ اور اس طرح ہمارے خون کو بھی صاف کرتی ہے۔ علاوہ ازیں جلد ہمارے بدن کی حرارت کو اعتدال پر قائم رکھتی ہے۔ جلد اپنے مسامات کے ذریعے پانی وغیرہ میں سے نمی اور بعض دواؤں کے اجزا بھی اپنے اندر جذب کر سکتی ہے اور پھر یہ خون میں شامل ہو جاتے ہیں چناں چہ دیکھا گیا ہے کہ شدید پیاس کی حالت میں ٹھنڈے پانی سے نہانے یا بدن پر تر چادر لپیٹنے سے تسکین معلوم ہوتی ہے۔ بعض بیماریوں میں جلد پر پارے وغیرہ کی مالش کرنے سے دوائی اجزا خون مین پہنچ کر اپنا اثر کرتے ہیں آج کل تو زیر جلد دواؤں کی پچکاریاں بکثرت لگائی جاتی ہیں۔ جن سے دوائی اجزا جلد کے نیچے سے جذب ہو کر خون میں پہنچ جاتے ہیں۔

جلد دو طبقوں یا پرتوں سے مل کر بنتی ہے۔

۱) اوپر کی پرت سینگ جیسے سخت چھوٹے چھوٹے خلیوں یا چھلکوں سے بنتی ہے جو ہمیشہ گھس گھسا کر اترتے رہتے ہیں اور ان کی جگہ نیچے سے نئے نئے پرت پیدا ہوتے ہیں۔

۲) گہری پرت خانے دار اور ریشہ دار ساخت سے بنی ہوتی ہے، جس کے اندر خون اور لمف کی مہین رگوں اور بے شمار عصبی شاخوں کا جال پھیلا ہوا ہوتا ہے۔ پسینے کے غدود، چربی یا چکنائی کے غدود اور بالوں کی جڑوں کی گول تھیلیاں (شعری جرابات) بھی جلد کی اس گہری پرت میں جمی ہوئی ہوتی ہیں۔ بیرونی ذرات گندگی اور جراثیم وغیرہ، جو جلد کی اس گہرائی میں آ گھستے ہیں وہ سب لمفی گروہوں کے اندر گرفتار کر کے روک لئے جاتے ہیں اور بدن ان کے مضرت سے محفوظ رہتا ہے۔ جلد کے حساس آخری عصبی ریشے جسم کے ہر حصے کو اس کی حالت اور وضع سے خبردار اور آگاہ کرتے ہیں۔ درد کا احساس ہمیں حصے کی امکانی مضرت، چوٹ یا زخم سے آگاہ رکھتا ہے چربی کے غدود جو جلد کی گہرائی میں رہتے ہیں ان کی نالیاں اوپر کی تہوں میں پہنچ کر چکنائی سے جلد کو چکنا۔ نرم اور لچکیلا اور زیادہ قابل نفوذ رکھتی ہیں۔ پسینے کے غدودوں کی نازک نالیاں سطحی تہوں میں جا کر پسینے کے فضلات خارج کرتی ہیں اور حرارت بدن کو مناسب و معتدل حالت میں قائم رکھتی ہیں اوپری جلد کا زخم آس پاس اور نیچے کی تہوں کی مدد سے جلد اچھا ہو جاتا ہے اور زخم پر کے کھرنڈ یا پپڑی سے نئی بنی ہوئی نازک جلد کی حفاظت ہوتی ہے۔ اگر جلد کا بڑا حصہ برباد ہو جائے تو اس پر دوسری جگہ (رانوں وغیرہ) کی جلد سے مہین پیوند نکال کر چسپاں کر کے ضائع شدہ حصے کی کھلی جلد کو ڈھانکنا پڑتا ہے ۔مگر معمولی چھوٹے زخموں پر آس پاس کی تہیں بڑھ کر انہیں بہ آسانی ڈھانک دیتی ہیں۔ غرض جلد ہمارے بدن کی حفاظت کا سب سے بڑا بیرونی مورچہ ہے۔

ترکیب استعمال: ''نیمورائڈ'' ٹیوب کے ساتھ ایک چھوٹی نلکی ہے اس کو ٹیوب پر فٹ کرلیں اور مقعد (پاخانے کے مقام) میں داخل کر کے ٹیوب کو نیچے سے دبائیں، مرہم اندر چاروں طرف خود لگ جائے گا، رات کو سوتے وقت اور صبح رفع حاجت کے بعد استعمال کرنا چاہیے، ویسے دن میں ایک بار اور بھی استعمال کیا جا سکتا ہے۔ بالخصوص رفع حاجت کے بعد۔

برص (جسم پرسفید داغوں) کے لیے ہمدرد کی بہترین ادویہ

برصینا معجون اور برصینا ضماد: مرض برص (جسم پر سفید داغوں) کے لیے ہنوز ایسی کوئی دوا تیار نہیں ہو سکی جو ہر حال میں ہر صورت میں فائدہ رساں ہو۔ ایک ہی دوا۔ ایک مریض کو واقعی اچھا کر دیتی ہے۔ لیکن دوسرے پر کوئی اثر نہیں کرتی۔ تاہم "ہمدرد" میں تجربات کے بعد "برصینا" تیار کی گئی ہے یہ معجون کی شکل میں ہے، نیز برصینا ضماد (قرصوں کی) شکل میں بھی ہے دونوں کا استعمال ساتھ ساتھ جاری رکھنا چاہیے۔

ترکیب استعمال: ایک خوراک معجون شام کو ایک خوراک رات کو دینی چاہیے۔ نہار منھ اس کو استعمال نہیں کرانا چاہیئے۔

مقدار خوراک: ۵ سال سے ۱۰ سال تک ۲ سے ۳ گرام بڑی مقدار خوراک ۶ گرام

ضماد برصینا کو پانی یا سرکہ میں گھس کر سفید داغوں پر لگانا چاہیے۔ اگر دانے ابھر آئیں تو یہ اچھی علامت ہے دانوں میں پانی پڑ جائے تو ضماد ترک کر دیں اور چند دن بعد پھر لگانا شروع کر دیں۔

نیموٹیب

بواسیر کے لیے یہ گولیاں بہت مفید ہیں "نیموٹیب" نہ صرف شدید درد کو دور کرتی ہے بلکہ مقعد کی خارش جلن اور سوجن کو رفع کر کے ایک سکونی حالت پیدا کرتی ہے۔ بواسیر کی بیماری کے مریض آج بہت زیادہ ہیں ان کے لیے ایک مفید و موثر دوا کی بہت ضرورت تھی مطب ہائے ہمدرد اور مطب کے شعبہ تحقیق کی کئی سالہ سرگرم جدوجہد کے نتیجے میں یہ نیموٹیب کے قرص تیار کیے گئے ہیں، بواسیر کی خارش سوجن اور مقعد کے زخم میں افادیت کے ساتھ اقراص کو استعمال کرایا جاتا ہے۔

بڑے آدمی کو رات سوتے وقت دو قرص پانی کے ساتھ استعمال کرائے جاتے ہیں۔ بچوں کو آدھا قرص دیا جاتا ہے۔

نیمورائڈ

مسکن، دافع ورم و مانع عفونت مرہم ہے جو بواسیر کا بہترین علاج ہے۔ طب مشرق کے قدیم و منتخب فارمولے سے اور تحقیقات جدیدہ کی روشنی میں معمل ہائے ہمدرد میں دوا سازی کے اعلا اصول کے مطابق تیار کردہ یہ مرہم مطب ہائے ہمدرد کے کثیر علمی تجربات سے گزار کر افادہ عام کے لیے پیش کیا گیا ہے۔

"نیمورائڈ" بواسیری مسّوں پر مسکن و مانع عفونت اثر کرتا ہے اور ساتھ ہی ان کو سکیڑتا ہے اور مسلسل استعمال سے ان کو رفع کرتا ہے بواسیری خون روکتا ہے۔

ترکیب استعمال: ''نیمورائڈ'' ٹیوب کے ساتھ ایک چھوٹی نلکی ہے اس کو ٹیوب پر فٹ کرلیں اور مقعد (پاخانے کے مقام) میں داخل کرکے ٹیوب کو نیچے سے دبائیں، مرہم اندر چاروں طرف خود لگ جائے گا، رات کو سوتے وقت اور صبح رفع حاجت کے بعد استعمال کرنا چاہیے، ویسے دن میں ایک بار اور بھی استعمال کیا جاسکتا ہے۔ بالخصوص رفع حاجت کے بعد۔